'উয়ূবুন নাফসি ওয়া মুদাওয়াতুহা' গ্রন্থের অনুবাদ

আত্মশুদ্ধি

আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী রহ.

বায়ান

হাসান বাসরি ﷺ বলেন,

আমি আমার চোখ দ্বারা কোনো দিকে তাকাই না, আমার জিহ্বা দ্বারা কোনো কথা বলি না, হাত দ্বারা কিছু স্পর্শ করি না, আমি কোনো কদম ফেলি না, (এমনকি কোনো কাজেই অগ্রসর হই না) যতক্ষণ-না এই ব্যাপারটা খেয়াল করি যে, এগুলো কি আল্লাহর আনুগত্যের পথে, না তাঁর নাফরমানির পথে। যদি তা আল্লাহর আনুগত্য অনুযায়ী হয়, তবে সামনে অগ্রসর হই। আর যদি তাঁর নাফরমানিমূলক হয়, তবে পিছিয়ে আসি।

ইবনু রজব হাম্বলী

নবিজির পরশে সালাফের দরসে : ২৬

আত্মশুদ্ধি

ISBN : 978-984-8041-04-8

প্রকাশক

ইসমাইল হোসাইন

অনলাইন পরিবেশক

রকমারি.কম

ওয়াফি লাইফ

নিয়ামাহশপ.কম

প্রচ্ছদ : আবুল ফাতাহ মুন্না

পৃষ্ঠাসজ্জা, মুদ্রণ ও বাঁধাই সহযোগিতায়

বই কারিগর ০১৯৬ ৮৮ ৪৪ ৩৪৯

মূল্য: ৯২ টাকা

ইসলামি টাওয়ার (২য় তলা), বাংলাবাজার, ঢাকা

+৮৮ ০১৭০০ ৭৪ ৩৪ ৬৪

https://www.facebook.com/maktabatulbayan

attoshuddhi being a Translation of Oyūb al-nafs wa modāwātohā of ABŪ ABD-AL-RAHMĀN SOLAMĪ translated into Bangla by Abdullah Al Masud and published by Maktabatul Bayan, Dhaka, Bangladesh. First Edition in 2018.

বিষয়সূচী

অনুবাদকের কথা

সমস্ত প্রশংসা আল্লাহ তাআলার জন্য। সালাত ও সালাম তাঁর প্রিয় হাবীব মুহাম্মাদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের প্রতি। তাঁর পরিবার-পরিজন ও যারা তাঁর অনুসারী, তাদের প্রতি।

ইসলাহুন নাফস বা আত্মশুদ্ধি ইসলামের অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ একটি দিক। মানুষের বাহ্যিক দিকগুলো সংশোধন করার পাশাপাশি অভ্যন্তরীণ দিকগুলো সংশোধন করার নির্দেশনা ইসলাম প্রদান করেছে। এর উপরই একজন মানুষের সফলতা নির্ভর করছে বলেও ঘোষণা করেছে।

পবিত্র কুরআনুল কারীমে আল্লাহ তাআলা ইরশাদ করেছেন,

> "নিঃসন্দেহে সে সফলকাম হয়েছে, যে নফসকে পরিশুদ্ধ করেছে। এবং সে ব্যর্থ হয়েছে, যে তাকে কলুষিত করেছে"[১]

এই আয়াতে কারীমা থেকে আত্মশুদ্ধির গুরুত্ব সহজেই অনুমিত হয়। মূলত মানুষের বাহ্যিক আকার-আকৃতির সংশোধনের তুলনায় আত্মিক সংশোধনটা অধিক গুরুত্বপূর্ণ ও বেশি প্রয়োজনীয়। কারণ আল্লাহ তাআলার কাছে আত্মিক দিকটাই মূল বিবেচ্য বিষয়। হাদীসে এসেছে,

> "নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা তোমাদের চেহারা-সুরত ও ধন-সম্পদের প্রতি লক্ষ করেন না। তিনি লক্ষ করেন তোমাদের আমল ও অন্তরের প্রতি।"[২]

---

[১] সূরা শামস : ৯-১০

[২] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৪১৪৩, হাদীসের মান : সহীহ।

এই সমস্ত কারণে মানুষের আত্মশুদ্ধি নিয়ে উলামাগণ সেই প্রাচীন যুগ থেকেই কাজ করে আসছেন। ইসলামের গৌরবোজ্জ্বল ইতিহাসে এই বিষয়ে এতো বেশি কাজ হয়েছে যা অন্যান্য জাতি-গোষ্ঠির জন্য ঈর্ষার কারণ হবার যোগ্য। যুগের পরিক্রমায় কেউ একে বলেছেন 'যুহদ', কেউ বলেছেন 'তাসাউওফ', আবার অন্য কেউ বলেছেন 'ইসলাহুন নাফস'। যে যেই নামেই একে অভিহিত করুন না কেন, সবারই মূল লক্ষ্য-উদ্দেশ্য ও গন্তব্যস্থান ছিলো একই। তা হলো আত্মশুদ্ধি বা ব্যক্তির অভ্যন্তরীণ অবস্থার উৎকর্ষ সাধন।

আত্মশুদ্ধি নিয়ে সালাফে সালেহীন বা আমাদের পূণ্যবান পূর্বসূরিগণ প্রচুর বইপত্র রচনা করেছেন। অনাগত প্রজন্মের জন্য রেখে গেছেন দিকনির্দেশনা। নিজেদের লব্ধ অভিজ্ঞতাকে কাগজের পাতায় বন্দি করেছেন। যাতে করে চারিত্রিক পরিশুদ্ধির জন্য পথনির্দেশ পেতে তাদের বেগ পেতে না হয়। এই ধরনেরই একটি আত্মশুদ্ধিমূলক ছোট পুস্তক হচ্ছে *'উয়ূবুন নাফসি ওয়া মুদাওয়াতুহা'*। যার শাব্দিক তরজমা করলে অর্থ দাঁড়ায়—অন্তরের রোগ-বালা ও তার নিরাময়।

এই পুস্তিকাটির রচয়িতা হলেন পঞ্চম শতাব্দির বিখ্যাত আলেম আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী রাহিমাহুল্লাহ। যিনি ছিলেন মানুষের অন্তরের রোগ-বালাই ও আত্মিক সমস্যা এবং তার প্রতিকার বিষয়ে একজন বিশেষজ্ঞ ব্যক্তি। তিনি স্বীয় জীবনের সঞ্চিত বাস্তব অভিজ্ঞতার আলোকে এটি লিপিবদ্ধ করেন। ফলে এই পুস্তকটিকে মনে করা হয় এই বিষয়ে 'অল্প কথায় অধিক ফলপ্রসু' একটি রচনা।

লেখক এই বইটিতে প্রায় সত্তরটির মতো আত্মিক ব্যাধি নিয়ে আলোচনা করেছেন। সেগুলোকে তিনি প্রথমে চিহ্নিত করেছেন। তারপর তার প্রতিকার ও নিরাময়-পদ্ধতির কথা বাতলে দিয়েছেন। সবশেষে নিজের বাতলে দেওয়া তরীকাকে কুরআনের আয়াত ও প্রিয় নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর হাদীস দ্বারা সুদৃঢ় করেছেন। অবশ্য সামান্য কিছু জায়গা আছে, যা এর ব্যতিক্রম।

সালাফে সালেহীনের একটি উত্তম স্বভাব হলো তারা অল্প বাক্যব্যয়ে প্রয়োজনীয় কথা সারতে মনোযোগী ছিলেন। কথার রশিকে অহেতুক টেনে লম্বা করা থেকে বেঁচে থাকতেন। উক্ত গ্রন্থের লেখকও ঠিক সেই কাজটিই করেছেন। তিনি অতিরিক্ত আলাপে না গিয়ে স্বল্প কথায় মূল সমস্যাটা চিহ্নিত করে তার প্রতিকার তুলে ধরেছেন। প্রতিকার বর্ণনার ক্ষেত্রে কুরআন-হাদীসের সরাসরি বক্তব্যকে বেশি গুরুত্ব দিয়েছেন।

বইটি অনুবাদ করতে গিয়ে আমি যে নীতিমালা অনুসরণ করেছি সে বিষয়গুলো পাঠকের সমীপে উপস্থাপন করে দেওয়া প্রয়োজন বলে মনে করছি। নিম্নে একে একে তা উপস্থাপিত হলো।

❑ অনুবাদ করার জন্য আমি দুইটি নুসখাকে সামনে রেখেছি। প্রথমটি দারুশ শুরুক থেকে প্রকাশিত। যা তাহকীক করেছেন যৌথভাবে ডক্টর মুহাম্মাদ আবদুল মুনইম খফাজি ও ডক্টর আবদুল আযীয শরফ। দ্বিতীয়টি মাকতাবাতুস সাহাবাহ থেকে প্রকাশিত। যা তাহকীক করেছেন মাজদি সাইয়্যিদ। অনুবাদের ক্ষেত্রে প্রথমোক্ত নুসখাটিকেই আমি মূল হিসেবে গ্রহণ করেছি এবং দুই নুসখাতে কোথাও তারতম্য দেখা দিলে—মূল হিসেবে গ্রহণ করা নুসখাটিকেই প্রাধান্য দিয়েছি। তবে প্রয়োজনবোধে দুই এক জায়গায় এর ব্যতিক্রমও করেছি।

❑ মূল লেখক 'ওয়ামিন উয়ুবিহা' বলে ধাপেধাপে একটা একটা করে মনের রোগের কথা বলে গিয়েছেন। তিনি প্রত্যেকটি নতুন রোগের শুরুতে কোনো শিরোনাম ব্যবহার করেননি। কিন্তু আমি পাঠকদের বোঝার সহজার্থে ও আলোচ্য বিষয়ের উপস্থাপনাকে আরও সাবলীল করতে আলোচিত বিষয়বস্তুর আলোকে প্রত্যেকটি নতুন আলোচনার শুরুতে একটি উপযোগী শিরোনাম যুক্ত করে দিয়েছি।

❑ টীকাতে প্রত্যেকটি আয়াতের সূরার নাম ও আয়াত নং এবং হাদীসের উৎসমূল বলে দিয়েছি। প্রত্যেকটি হাদীসের সাথে শুদ্ধতা-অশুদ্ধতার দিক দিয়ে সনদগত মান উল্লেখ করে দিয়েছি। তবে যদি কোনো হাদীস সহীহাইন তথা বুখারি-মুসলিমে থেকে থাকে, তবে মান উল্লেখ থেকে বিরত থেকেছি। কারণ এই দুই কিতাবের হাদীস উল্লেখ করার পর তার মান বলে দেওয়া সংখ্যাগরিষ্ঠ মুহাদ্দিসদের নীতি-বিরুদ্ধ কাজ। বরং এই দুই গ্রন্থে কোনো হাদীসের উপস্থিতিই তা সহীহ হবার জন্য যথেষ্ট।

❑ আয়াত ও হাদীসের ক্ষেত্রে প্রথমে মূল আরবিপাঠ উল্লেখ করেছি। তারপর তার সাবলীল অনুবাদ পেশ করেছি। আরবিপাঠ উল্লেখের ক্ষেত্রে সামান্য কিছু জায়গায় লেখকের উল্লেখিত শব্দের সাথে হাদীসের শব্দের শাব্দিক তারতম্য ছিলো। লেখক হয়তো অর্থগত বর্ণনা করে ফেলেছেন। সেখানে আমি সংশোধন করে হাদীসের কিতাবে উল্লেখিত শব্দকেই স্থাপন করেছি। তবে এর মাধ্যমে মূল অর্থ ঠিকই রয়েছে। শুধু আরবিপাঠে সামান্য পরিবর্তন ঘটেছে।

❑ দুই একটা মওযু হাদীসের উল্লেখ ছিলো মূল বইতে। আমি সেগুলোকে মূল

অনুবাদে না রেখে টীকাতে উপস্থাপন করেছি এবং তা মওযু হবার বিষয়টি বলে দিয়েছি। সাধারণত যেটা করা হয় তা হলো, মওযু হাদীস কোনো বইতে থাকলে সস্থানে তাকে বহাল রেখে টীকাতে তা মওযু হবার কথা বলে দেওয়া হয়। কিন্তু এখানে আমার ভিন্ন পথ অবলম্বন করার পেছনে কারণ হলো, অনেক সময় পাঠক মূল বই পড়েই চলে যান। টীকাতে নজর বুলান না। ফলে দেখা যাবে জাল হাদীসটাকে রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর বাণী ভেবে বসে থাকার আশঙ্কা রয়েছে। তাই এই পদ্ধতিটাই বেশি নিরাপদ বলে মনে হয়েছে।

আমি এই বই অনুবাদ করেছি প্রথমত আমার নিজের জন্য। আন্তরিকভাবেই আমি বিশ্বাস করি, সর্বপ্রথম আমি নিজেই আত্মশুদ্ধির মুখাপেক্ষী। নিজের আত্মিক পরিশুদ্ধতার অভাব ক্ষণে ক্ষণে টের পাই। আশা করি বইটি আমাকে পথ দেখাবে। তারপর যদি এই অনুবাদ অন্য কারও উপকারে আসে তবে সেটি হবে আমার উপরি পাওনা। অন্যদের যদি ফায়দা লাভ হয়, তবে আশা করি এর বদৌলতে হলেও আল্লাহ তাআলা আমার বাহ্যিক অবয়বের মতো অভ্যন্তরীণ অবয়বকেও পরিশুদ্ধ ও পরিমার্জিত করে সুন্দর করে দিবেন। আল্লাহ তাআলা আমার এই নেক ইচ্ছাকে বাস্তবায়ন করুন। আমীন।

বইটির অনুবাদ সাবলীল রাখতে আমি সর্বোচ্চ চেষ্টা করেছি। যতোটুকু পারা যায় লেখকের মূল ভাব-অনুভবকে ধরে রাখার জোর প্রয়াস চালিয়েছি। কতোটুকু সক্ষম হতে পেরেছি তা বিচারের ভার পাঠকের হাতে রইলো। বইটিকে ভুল-ত্রুটি থেকে মুক্ত করে পাঠকের হাতে তুলে দিতে সর্বাত্মক চেষ্টায় কোনো কমতি ছিলো না। তারপরও যদি কোনো অসঙ্গতি বা ভুল পাঠকের দৃষ্টিগোচর হয় তবে আমাকে জানানোর অনুরোধ রইলো। ইন শা আল্লাহ সংশোধনযোগ্য হলে অবশ্যই তা সাদরে গৃহীত হবে।

বইটি প্রকাশের ভার গ্রহণ করেছে ইসলামি প্রকাশনা জগতের স্বনামধন্য প্রকাশনী মাকতাবাতুল বায়ান। তাদের কাছে আমি সেজন্য কৃতজ্ঞ। সালাফদের রেখে যাওয়া বইপত্রকে বাংলাভাষী মানুষের সামনে তুলে ধরা তাদের অন্যতম উদ্দেশ্য। তাদের এই প্রচেষ্টাকে আল্লাহ তাআলা কবুল করে নিন এবং পরকালে একে নাজাতের উসিলা বানান। আমীন।

আবদুল্লাহ আল মাসউদ
১২.০৮.২০১৮

লেখকের জীবনী

পঞ্চম হিজরি শতকে মুসলিম বিশ্বের আকাশে যেসকল জ্বলজ্বলে তারকার উদয় ঘটেছিলো তাদের একজন ছিলেন আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী—রাহিমাহুল্লাহু তাআলা। ৩২৫ হিজরির জুমাদাল উখরার ১০ তারীখে তিনি নিশাপুরে জন্মগ্রহণ করেন এবং আপন নানা ইসমাঈল বিন নাজীদ আস-সুলামীর তত্ত্বাবধানে বেড়ে উঠেন। ফলে দাদার দিকে সম্বন্ধিত করে তাকেও আস-সুলামী অভিধায় ডাকা হয়।

আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী পরিপূর্ণ দ্বীনী পরিবেশে বেড়ে উঠেন। তাঁর নানার পরিবার ছিলো একটি খাঁটি দ্বীনদার পরিবার। ফলে বাল্যকাল থেকেই তিনি ইসলামের সুমহান শিক্ষার উপর বড় হতে থাকেন। তাঁর বয়স কিছুটা বাড়ার পর তিনি তৎকালীন খ্যাতিমান আলেমদের শিষ্যত্ব গ্রহণ করেন। তাদের মধ্যে বিখ্যাত মুহাদ্দিস দারাকুতনি—রাহিমাহুল্লাহ—অন্যতম। এছাড়া আবূ নসর সিরাজ, আবূ আমর নাজীদ, আবুল কাসিম নাসিরাবাদি, আবুল আব্বাস আল-আসাম্ম প্রমুখের কাছ থেকেও তিনি ইলমে দ্বীন অর্জন করেন।

তাঁর বিখ্যাত ছাত্রদের মধ্যে রয়েছেন হাকেম আবূ আবদুল্লাহ, বিখ্যাত গ্রন্থ *'আররিসালাতুল কুশাইরিয়াহ'* এর রচয়িতা আবুল কাসেম কুশাইরি, আবূ বকর বাইহাকি ও মুহাম্মাদ বিন ইয়াহয়া মুযাক্কি প্রমুখ।

তিনি ছিলেন আত্মশুদ্ধি ও ইসলাহুন নাফস নিয়ে কাজ করা ব্যক্তিদের মধ্যে অন্যতম একজন। তাঁর অধিকাংশ রচনাই এই বিষয়কে ঘিরে আবর্তিত। তাঁর মোট রচনাবলী প্রায় এক শরও অধিক। এই মহান মনীষী ৪১২ হিজরিতে ইন্তিকাল করেন।

প্রারম্ভিকা

সমস্ত প্রশংসা আল্লাহ্ তাআলার জন্য। যিনি তাঁর প্রিয় বান্দাদের মনের রোগ-বালাই সম্পর্কে জানিয়ে দিয়েছেন। তাদেরকে এর সমস্যা সম্পর্কে অবগত হওয়ার সুযোগ দিয়ে সম্মানিত করেছেন। মনের উপর আপতিত বিভিন্ন অবস্থার ব্যাপারে সতর্ক ও সচেতন বানিয়েছেন। সাধারণ্যে অজানা প্রতিষেধকের সহায়তায় মনের বিভিন্ন দোষ-ত্রুটির ও গুপ্ত অনিষ্টতার প্রতিকার করার তাওফীক দিয়েছেন। ফলে তাঁর অনুগ্রহে ও উত্তম তাওফীকে এসব বিষয়ে বিবরণী প্রদান করা তাদের জন্য অনেক সহজ হয়েছে।

একজন শায়েখ আমার কাছে আবেদন জানিয়েছেন—আল্লাহ্ তাআলা স্বীয় সন্তুষ্টিতে তাকে মর্যাদাবান করুন—যাতে আমি মানুষের অন্তরের মন্দ স্বভাব নিয়ে কিছু পরিচ্ছেদ রচনা করি। যার মাধ্যমে এর চিকিৎসাবিধান করা সম্ভব হবে। আমি তাঁর সেই আবেদনে সাড়া দিয়েছি এবং এই কথাগুলো লিপিবদ্ধ করেছি। আশা করি আল্লাহ্ তাআলা তাঁর বরকত থেকে আমাদের মাহরূম করবেন না। আল্লাহর কাছে ইস্তিখারা করার ও তাওফীক চাওয়ার পরই এই কাজটি আমি করেছি। তিনিই আমার জন্য যথেষ্ট ও উত্তম অভিবাবক।

শান্তি বর্ষিত হোক প্রিয় নবি মুহাম্মাদ—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর উপর এবং তাঁর পরিবারবর্গ ও সাহাবায়ে কিরামের উপর।

কুরআনের আলোকে মনের মন্দপ্রবণতা

আল্লাহ্ তাআলা বলেছেন,

إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ

“নিশ্চয়ই মানুষের মন মন্দকাজে প্ররোচনা দিয়ে থাকে।”[৩]

অন্যত্র তিনি বলেছেন,

وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى

“তিনি মনকে কুপ্রবৃত্তি থেকে বারণ করেছেন।”[৪]

অন্য আরেক জায়গায় বলেছেন,

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ

“আপনি কি তাকে দেখেননি, যে তার প্রবৃত্তিকে ইলাহ বানিয়ে নিয়েছে?”[৫]

পবিত্র কুরআনুল কারীমের এই জাতীয় আয়াতগুলো মনের মন্দপ্রবণতা এবং ভালো

---

[৩] সূরা ইউসুফ : ৫৩

[৪] সূরা নাযিআত : ৪০

[৫] সূরা জাসিয়াহ : ৪৫

কাজে এর নিরুৎসাহের কথাই প্রমাণিত করে।[৬]

আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

وَجَاهِدُوا فِي اللَّـهِ حَقَّ جِهَادِهِ

"তোমরা আল্লাহর পথে যথাযথ প্রচেষ্টা চালাও।"[৭]

এর দ্বারা বোঝানো হচ্ছে নফসের বিরুদ্ধে প্রচেষ্টা চালানো এবং তাকে কুপ্রবৃত্তি থেকে বারণ করা।

মনের অবাস্তব আকাঙ্ক্ষা

মনের একটি রোগ হলো, সে নিজেকে মুক্তির দ্বারপ্রান্তে উপনীত মনে করে। সে ভাবে, বিভিন্ন যিক্‌র-আযকার ও ইবাদাত-বন্দেগী দিয়ে মুক্তির দরজায় কড়া নাড়বে আর দরজা তার জন্য সুন্দরভাবে খুলে যাবে। অথচ বাস্তবে দেখা যায় অবাধ্যতা আর পাপাচারের মাধ্যমে সে নিজেই মুক্তির দরজাকে বন্ধ করে ফেলার সকল আয়োজন সম্পন্ন করে রাখে।

হুসাইন বিন ইয়াহয়া আমাকে জাফর বিন মুহাম্মাদ থেকে বর্ণনা করেছেন, তিনি বলেন, আমি মাসরূক—রাহিমাহুল্লাহ-কে বলতে শুনেছি, রাবিয়া আদাওয়ীয়াহ—রাহিমাহাল্লাহ—একবার সালিহ মিররির মজলিসের পাশ দিয়ে অতিক্রম করছিলেন। সে সময় সালিহ বলছিলেন, 'যে ব্যক্তি দরজার কড়া অনবরত নাড়াতেই থাকবে, আশা করা যায় তার জন্য দরজা খোলা হবে।' এই কথা শুনে রাবিয়া বললেন, 'দরজা খোলাই থাকে। কিন্তু বান্দা নিজেই তো সেই দরজা থেকে পলায়ন করে।'[৮]

---

[৬] এরপর লেখক নিজ সনদে একটি হাদীস উল্লেখ করেছেন, যাকে মুহাদ্দিসগণ মওযু বলে চিহ্নিত করেছেন। তাই হাদীসটি আর মূল অনুবাদে রাখা হলো না। এর আরবিপাঠ নিম্নরূপ :

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: البلاء والهواء والشهوة معجونة بطينة آدم

বিস্তারিত জানতে দেখুন, ইবনুল জাওযি—রাহিমাহুল্লাহ—রচিত 'আল-ইলালুল মুতানাহিয়াহ' ; বর্ণনা নং : ১২৯৩

[৭] সূরা হাজ্জ : ৭৮

[৮] অর্থাৎ আল্লাহর দয়া ও ক্ষমার দরজা বান্দাদের জন্য সবসময়ই খোলা থাকে। কিন্তু দেখা যায় বান্দা নিজেই তা থেকে দূরে সরে থাকে। আল্লাহর দরবারে নিজের কৃত পাপের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা করে না। বরং উল্টো আরও নতুন নতুন পাপাচারে লিপ্ত হয়।

ভুল পথে পা বাড়িয়ে উদ্দিষ্ট স্থানে পৌঁছার আশা করা যায় না। সুতরাং একজন বান্দা নিজের জন্য কুপ্রবৃত্তির দরজা উন্মুক্ত করে কীভাবে মুক্তির আশা করতে পারে? যে ব্যক্তি আল্লাহ তাআলার অবাধ্যতা থেকে নিজেকে বারণ করতে পারে না তার মুক্তি তো সুদূরপরাহত।

ইবনু আবিদ দুনয়া—রাহিমাহুল্লাহ—বলেন, কোনো এক জ্ঞানী ব্যক্তি বলেছেন, 'তোমার ভেতর পঙ্কিলতা থাকলে তুমি মুক্তি পাবে বলে আশা কোরো না।'

এই সমস্যার সমাধান বিষয়ে বিশিষ্ট আবেদ সিররি সাকতি—রাহিমাহুল্লাহ—বলেছেন, এর থেকে প্রতিকারের উপায় হলো, হিদায়াতের পথে চলা, হালাল খাদ্য ভক্ষণ করা এবং পরিপূর্ণ আল্লাহভীতি অর্জন করা।

কান্নাকাটি করে বেদনামুক্ত হওয়ার চেষ্টা করা

মানবীয় সত্তার আরেকটি ত্রুটি হলো, সে কান্নাকাটি করে বেদনামুক্ত হয় এবং প্রশান্তি লাভ করে। এ ত্রুটি সারানোর উপায় হলো, কান্নার সাথে সাথে কষ্টকেও জারি রাখা, যাতে দুঃখ-বেদনা পুরোপুরি ভুলে গিয়ে প্রশান্তিতে নিমজ্জিত না হয়। সে দুঃখের মধ্যে পড়ে গেলে কাঁদবে, কিন্তু, দুঃখ কেন তাকে স্পর্শ করল—এ চিন্তায় সে কাঁদবে না। কারণ, দুঃখ কেন তাকে স্পর্শ করল—এ চিন্তায় যে কাঁদে, সে কান্নাকাটি করার মাধ্যমে প্রশান্ত হয়ে যায়; আর যে দুঃখের মধ্যে পড়ে গেলে কাঁদে, তার কান্না দুঃখ ও দুশ্চিন্তাকে আরও বাড়িয়ে দেয়।

সৃষ্টিজীবের কাছে ধর্ণা দেওয়া

মানুষ অনেক সময় এমন ব্যক্তির কাছে ধর্ণা দেয়, যে বিপদ-মুসিবত দূরকরণের ক্ষমতা রাখে না এবং এমন ব্যক্তির কাছে প্রত্যাশা করে, যে উপকারসাধনে সক্ষম নয়। রিযিক নিয়ে সে খুব বেশি দুশ্চিন্তায় ভোগে। অথচ তার জন্য রিযিকের দায়িত্ব (স্বয়ং আল্লাহ তাআলাই) গ্রহণ করেছেন।

এই ব্যাধির প্রতিকার সাধনে সর্বপ্রথম নিজের ঈমানকে বিশুদ্ধ করে নিতে হবে। আল্লাহ তাআলা তাঁর কিতাবে বলেছেন,

وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّـهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ يُصِيبُ

بِهِ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ

> “যদি আল্লাহ তোমাকে কোনো বিপদে আক্রান্ত করেন তবে তিনি ছাড়া তা দূরীভূত করার আর কেউ নাই। আর যদি তিনি তোমার কোনো কল্যাণ চান তবে তাহলে তাঁর অনুগ্রহ প্রতিহত করবে এমন কেউ নাই। তিনি তাঁর বান্দাদের যাকে ইচ্ছা তাকে তা দান করেন।”[৯]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

مَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّـهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا

> “ভূপৃষ্ঠে যতো প্রাণী রয়েছে সকলের রিযিকের দায়িত্ব আল্লাহর উপর ন্যস্ত। এবং তিনি জানেন তাদের আবাসস্থল ও সমাধিস্থল।”[১০]

আহনাফ বিন কায়েস—রাহিমাহুল্লাহ-কে জিজ্ঞাসা করা হলো, ‘কীভাবে আপনি নিজ কওমের পরিচালনার দায়িত্ব পালন করছেন অথচ আপনি বয়সে তাদের চেয়ে বড় নন?’ তিনি উত্তরে জানালেন, ‘আমাকে যে দায়িত্ব দেওয়া হয় তাতে আমি কখনো অবহেলা করি না। আর সামর্থ্যের বাইরে অতিরিক্ত দায়িত্ব আমি নিই না।’[১১]

আল্লাহ তাআলা পবিত্র কুরআনে ইরশাদ করেন,

فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ

> “তুমি তাঁর ইবাদাত করো এবং তাঁর উপর ভরসা করো।”[১২]

মানুষ যখন সৃষ্টিজীবের দুর্বলতা ও অক্ষমতার দিকে লক্ষ করবে তখন সে এই বিষয়টি বুঝতে পারবে—যে ব্যক্তি নিজেই হাজারও প্রয়োজনের মুখাপেক্ষী সে অন্যের প্রয়োজন দূর করবে কীভাবে? যে নিজেই অক্ষম সে তো অন্যের চাওয়া-পাওয়া পূরণ করতে সক্ষম নয়। ফলে একসময় এমন ভুলের সীমানা থেকে বেরিয়ে সে পুরোপুরি আল্লাহমুখী হয়ে পড়বে।

---

[৯] সূরা ইউনুস : ১০৭

[১০] সূরা হুদ : ৬

[১১] মাকতাবাতুস সাহাবাহ থেকে প্রকাশিত মাজদি সাইয়িদের তাহকিককৃত নুসখাতে এই ঘটনাটি নেই। কিন্তু দারুস শুরুক থেকে প্রকাশিত ডক্টর আবদুল মুনঈম খফাজি ও ডক্টর আবদুল আযীয শারফ-এর তাহকিককৃত নুসখাতে আছে।

[১২] সূরা হুদ : ১২৩

আমলের তাওফীক থেকে বঞ্চিত হওয়া

অনেক মানুষের ক্ষেত্রে এমন হয়—যে আমলগুলো সে আগে করতো এখন তা করা বাদ দিয়েছে। এটি একটি নিন্দনীয় বিষয়। তবে তারচেয়ে আরও বেশি নিন্দনীয় বিষয় হলো এই অধঃপতন ও অবনতি নিয়ে চিন্তিত না হওয়া। তারচেয়ে আরও বেশি নিন্দনীয় হলো এই বিষয়গুলোকে অবনতি বা অধঃপতন বলে মনে না করা। তারচেয়ে আরও বেশি নিন্দনীয় হলো এমন অধঃপতন ও অবনতিতে আক্রান্ত হওয়া সত্ত্বেও মনে করা যে তার সব কিছু ঠিকঠাকই আছে। আল্লাহ তাআলা তাকে যখন সেই আমলগুলো করার তাওফীক দান করেছিলেন তখন বেশি বেশি তাঁর শুকরিয়া আদায় না করার কারণেই এমনটি হয়ে থাকে। যখন আল্লাহ তাআলার শুকরিয়া আদায় করা হয় না তখন বান্দাকে আমলের জায়গা থেকে সরিয়ে অবনতি আর অক্ষমতা ও নিষ্ক্রিয়তার স্থানে নামিয়ে দেওয়া হয়। তার দোষ-ত্রুটির সামনে আড়াল তৈরি করে দেওয়া হয়। ফলে মন্দ বিষয়গুলোই তার কাছে চমৎকার বলে প্রতিভাত হয়।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

أَفَمَنْ زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا

"কাউকে যদি তার অসৎ কাজ সুশোভিত করে দেখানো হয় অতপর সে ওটাকে ভালো মনে করে, (সে কি ওই ব্যক্তির মতো, যে ভালোকে ভালো আর মন্দকে মন্দ মনে করে?)"[১৩]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا

"এবং তারা ধারণা করে যে তারা ভালো কাজ করছে। (অথচ তাদের ধারণা সঠিক নয়।)[১৪]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

كَذَلِكَ زَيَّنَّا لِكُلِّ أُمَّةٍ عَمَلَهُمْ

---

[১৩] সূরা ফাতির : ৮
[১৪] সূরা কাহাফ : ১০৪

"এভাবেই প্রত্যেক জাতির জন্য তাদের কর্মকে আমি সজ্জিত করেছি।"[১৫]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

كُلُّ حِزْبٍ بِمَا لَدَيْهِمْ فَرِحُونَ

"প্রত্যেক দলই নিজেদের যা আছে তা নিয়ে আনন্দিত।"[১৬]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ

"আমি তাদেরকে ধীরে ধীরে এমনভাবে পাকড়াও করবো যে তারা জানতে পারবে না।"[১৭]

এর থেকে পরিত্রাণের উপায় হলো, সদাসর্বদা আল্লাহ তাআলার আশ্রয় গ্রহণ করা। সবসময় তাঁর যিকর করা, কুরআনুল কারীম তিলাওয়াত করা, এর অর্থ নিয়ে চিন্তাভাবনা করা, মুসলিমদের ইজ্জত-সম্মান রক্ষা করা, আল্লাহর প্রিয় বান্দাদের কাছে দুআ চাওয়া। যাতে তারা তার জন্য পূর্বের অবস্থা ফিরে পাওয়ার প্রার্থনা করে। আশা করা যায় (এসবের মাধ্যমে) আল্লাহ তাআলা অনুগ্রহ করে নেক আমল ও ইবাদাত-বন্দেগি করার দরজা তার জন্য অবমুক্ত দিবেন।

ইবাদাত-বন্দেগীতে অতৃপ্তি

মানুষ ইবাদাত-বন্দেগি করে কিন্তু তাতে কোনো তৃপ্তি পায় না। এর কারণ হলো ইবাদাতের সাথে লৌকিকতার সংমিশ্রণ ঘটা এবং ইখলাসের কমতি থাকা। অথবা ইবাদাতের মধ্যে কোনো সুন্নাহকে পরিহার করা।

এর প্রতিকার হলো, নিজের মধ্যে ইখলাস সৃষ্টি করা। কাজেকর্মে সর্বদা সুন্নাহের অনুকরণ করা। প্রত্যেকটা কাজের শুরুটা সুন্দর ও সুচারুরূপে শুরু করা। যাতে করে শেষটাও সুন্দর হয়।

---

[১৫] সূরা আনআম : ১০৮

[১৬] সূরা রূম : ৩২

[১৭] সূরা কলম : ৪৪; মাকতাবাতুস সাহাবা থেকে প্রকাশিত নুসখায় শুধু প্রথম আয়াতটি আছে। বাকিগুলো নেই। সেগুলো আছে দারুস শুরুক থেকে প্রকাশিত নুসখায়।

কুপ্রবৃত্তির বশে আটকা পড়া

অন্তরকে আখিরাতের জন্য সতেজ-সজীব রাখা ততোক্ষণ পর্যন্ত সম্ভব নয়, যতোক্ষণ না দুনিয়া থেকে তাকে বিমুখ করে তোলা হয়। অন্যদের থেকে চোখ ফিরিয়ে নেওয়ার আগ পর্যন্তও অন্তরের আল্লাহ-প্রাপ্তি ঘটে না।

ইয়াহইয়া বিন মুয়ায রাযি—রাহিমাহুল্লাহ—বলেছেন, 'যে ব্যক্তি নিজেকে ক্ষয়ে দিয়ে আল্লাহর নৈকট্য অর্জনে ব্রতী হয় আল্লাহ তাআলা তাকে রক্ষা করেন।' অর্থাৎ তিনি তাকে কুপ্রবৃত্তির হাত থেকে হিফাজত করেন এবং মনের অনিচ্ছুক কাজ করতে মানসিক শক্তি প্রদান করেন। কারণ মানুষের মন সত্যের সঙ্গী হতে কখনো পছন্দ করে না।

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ، وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ

> "জান্নাত দুঃখ-কষ্ট ও শ্রমসাধ্য বিষয় দ্বারা ঘেরা এবং জাহান্নাম কুপ্রবৃত্তি ও লোভ-লালসা দ্বারা ঘেরা।"[১৮]

এই বিষয়ে মনকে সঠিক পথে পরিচালিত করতে হলে রাত্রিজাগরণ ও ক্ষুৎপিপাসার দ্বারস্থ হতে হবে। আপন স্বভাব-প্রকৃতির বিরোধিতা করার অবস্থান নিতে হবে। কুপ্রবৃত্তি ও লোভ-লালসা থেকে মনকে বারণ করতে হবে।

মুহাম্মাদ বিন ইবরাহীম বিন ফযলকে আমি বলতে শুনেছি, আমি মুহাম্মাদ বিন রূমীকে বলতে শুনেছি, ইয়াহইয়া বিন মুয়ায রাযি—রাহিমাহুল্লাহ—বলেছেন, 'ক্ষুধা এমন এক খাদ্য, যার মাধ্যমে আল্লাহ তাআলা সত্যবাদীদের দেহকে শক্তিশালী করে থাকেন।'

সত্যকে অপছন্দ করা

মনের একটা ব্যাধি হলো সে সত্যকে পছন্দ করতে চায় না। আনুগত্য তার স্বভাব-প্রকৃতি বিরুদ্ধ বিষয়। এসবের কারণে অধিকাংশ সময় স্বেচ্ছাচার ও প্রবৃত্তির অনুসরণের জন্ম হয়। যতোক্ষণ না এর গলায় মেহনত-মুজাহাদার ছুরি চালিয়ে একে হত্যা করা হয় ততোক্ষণ সে বশে আসে না।

---

[১৮] *সহীহ মুসলিম* : ২৮২২

আল্লাহ তাআলা বনী ইসরাঈলের এক গোষ্ঠীকে লক্ষ্য করে বলেছেন,

فَتُوبُوا إِلَىٰ بَارِئِكُمْ فَاقْتُلُوا أَنفُسَكُمْ

"তোমরা তোমাদের সৃষ্টিকর্তার কাছে অনুতপ্ত হও এবং নিজেদের প্রবৃত্তিকে দমন করো।"[১৯]

এই ব্যাধির প্রতিকার হলো, সম্পূর্ণভাবে আল্লাহর প্রতি ধাবিত হওয়া। মূলত এই কারণেই আল্লাহ তাআলা তাঁর প্রিয় বন্ধু ইবরাহীম—আলাইহিস সালাম-কে স্বীয় সন্তান যবাই করার হুকুম করেছিলেন।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

فَلَمَّا أَسْلَمَا وَتَلَّهُ لِلْجَبِينِ

"যখন পিতা-পুত্র উভয়েই আনুগত্য প্রকাশ করল এবং ইবরাহীম তাকে যবেহ করার জন্যে শায়িত করল"[২০]

তখন তাকে বলা হলো,

قَدْ صَدَّقْتَ الرُّؤْيَا

"তুমি তো স্বপ্নকে সত্যে পরিণত করে দেখালে।"[২১]

তারপর আল্লাহ তাআলা তাকে যবাই করার জন্য এক মহান জন্তু দান করলেন।

এর থেকে উত্তরণের উপায় হলো, পুরোপুরিভাবে মহান রবের প্রতি মনোনিবেশ স্থাপন করা।

আমি মুহাম্মাদ বিন আবদুল্লাহ রাযিকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেন, আমি কাসিম মিসরিকে বাগদাদে বলতে শুনেছি, ইবনু ইয়াযদায়িআর—রাহিমাহুল্লাহ-কে জিজ্ঞেস করা হলো, কোনো বান্দা আল্লাহর রাস্তায় বের হলে, কোন নীতির ভিত্তিতে বের হবে—এমন প্রশ্নের জবাবে ইবনু ইয়াযদায়িআর বলেন : এ নীতির ভিত্তিতে (বের হবে যে,) যে অবস্থা থেকে সে বেরিয়ে গিয়েছে, ওই অবস্থায় সে আর ফিরে আসবে না এবং যেসব বিষয় থেকে সে নিজেকে মুক্ত করে নিয়েছে, সেসব বিষয় নিয়ে সে

[১৯] সূরা বাকারা : ৫৪
[২০] সূরা সাফফাত : ১০৩
[২১] সূরা সাফফাত : ১০৫

আর চিন্তাভাবনা করবে না। তাকে বলা হলো, এ নিয়ম তো তার ক্ষেত্রে প্রযোজ্য হতে পারে, যে (আয়েশি অবস্থায় কিছুদিন) থাকার পর বের হয়েছে; কিন্তু যে ব্যক্তি কোনো কালে (আয়েশি অবস্থায়) না থেকেই (আল্লাহর রাস্তায়) বেরিয়েছে, তার ক্ষেত্রে বিধান কী? তিনি বলেন, 'ভবিষ্যতের কাজে মিষ্টতা অনুভব করলে, ধরে নেওয়া হবে—তার অতীতও কেটেছে তিক্ততায়, (বিলাসিতায় নয়)।'

মন্দ ভাবনা-চিন্তাকে অন্তরে প্রশ্রয় দেওয়া

অন্তরে উদিত হওয়া বিভিন্ন কুচিন্তাকে প্রশ্রয় দেওয়া মানুষের একটি মনোরোগ। এর কারণে পাপাচারে লিপ্ত হওয়াটা অবশ্যম্ভাবী হয়ে উঠে। একে প্রতিহত করতে হলে শুরু থেকেই বাজে চিন্তা-ভাবনা বর্জন করতে হবে। যাতে করে তা পাকাপোক্ত না হয়ে যায়। এর জন্য সহায়ক কাজগুলো হলো, সর্বদা আল্লাহ তাআলার যিকর করা। যেখানেই থাকেন, যেভাবেই থাকেন আল্লাহ তাআলার ভয়কে অন্তরে লালন করা। মনে রাখতে হবে, আল্লাহ তাআলা আমাদের অন্তরের অন্তঃস্থলের গোপন খবরাখবর জানেন, যেভাবে অন্যরা আমাদের বাহ্যিক অবস্থা সম্পর্কে জানে। এমনটা করতে পারলে অন্যদের দেখানোর জন্য বাহ্যিক অবস্থাকে পরিপাটি করে নিজের ভেতরটাকে নোংরা করে রাখতে এমনিতেই লজ্জাবোধ হবে।

আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

إِنَّ اللهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُوَرِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ

"নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা তোমাদের চেহারা-সুরত ও ধন-সম্পদ দেখেন না। বরং তিনি দেখেন তোমাদের অন্তর ও আমলসমূহ।"[২২]

আমি আবু বকর রাযিকে বলতে শুনেছি, ইবরাহীম খওয়াসের ছাত্র আবুল হাসান আলাবি বলেছেন, আমি ইবরাহীম খওয়াস—রাহিমাহুল্লাহ-কে বলতে শুনেছি, 'অন্তরের কুভাবনা পাপাচারে লিপ্ত হওয়ার প্রথম ধাপ। যদি কুভাবনায় আক্রান্ত ব্যক্তি কষ্ট হওয়া সত্ত্বেও শুরু থেকেই এর লাগাম টেনে ধরতে পারে তবে একে শায়েস্তা করা সম্ভব। অন্যথায় এটি প্রতিপক্ষ হয়ে উঠবে এবং এক সময়ে কুমন্ত্রণায় রূপান্তরিত হবে। যদি মেহনত-মুজাহাদার মাধ্যমে একে দমিয়ে রাখা না হয় তাহলে তা কুপ্রবৃত্তির আকার ধারণ করে কামনা চরিতার্থ করার দিকে ঠেলে দেয় এবং বিবেক-বুদ্ধি, জ্ঞান ও বক্তব্য

[২২] *সহীহ মুসলিম* : ২৫৬৪, *মুসনাদ আহমাদ* : ৭৮২৭

সবকিছুকেই আচ্ছাদিত করে ফেলে।' এমনটিই বর্ণিত হয়েছে যে, কুপ্রবৃত্তি ও মন্দ ভাবনা জ্ঞান ও বিবেক-বুদ্ধিকে পরাভূত করে ফেলে।

অন্যের দোষ তালাশ করা

মানুষের একটি বদ স্বভাব হলো, সে নিজের দোষ দেখে না। কেবল অন্যের দোষই তার নজরে পড়ে। এর প্রতিকারের জন্য নিজের দোষ-ক্রটির প্রতি লক্ষ করতে হবে। সে সম্পর্কে জানতে হবে। প্রবৃত্তির কুট-কৌশলের ব্যাপারে অবগত হতে হবে। ভ্রমণ এবং পর্যটন করা, নেককার লোকদের সংস্পর্শ গ্রহণ করা ও তাদের আদেশ মাথা পেতে মেনে নেওয়ার অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে। নিজেকে সংশোধনের জন্য এসব পদ্ধতি অবলম্বন করতে যদি না-ও পারে, অন্তত অন্যের দোষ-ক্রটি নিয়ে ঘাঁটাঘাঁটি করা থেকে বিরত থাকতে হবে। দোষী ব্যক্তিকে মাযুর ও অক্ষম মনে করে তার দোষটা ঢেকে রাখতে হবে। আশা করা যায় এর মাধ্যমে আল্লাহ তাআলা তার নিজের দোষ-ক্রটিগুলো সংশোধন করে দিবেন।

আল্লাহর নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَنْ سَتَرَ عَوْرَةَ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ، سَتَرَ اللَّـهُ عَوْرَتَهُ

> "যে ব্যক্তি তার মুসলিম ভাইয়ের দোষক্রটি গোপন রাখবে আল্লাহ তাআলা তার দোষ-ক্রটি আড়াল করে রাখবেন।"[২৩]

আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—আরও বলেছেন,

مَنْ تَتَبَّعَ عَوْرَةَ أَخِيهِ تَتَبَّعَ اللَّـهُ عَوْرَتَهُ، وَمَنْ تَتَبَّعِ اللَّـهُ عَوْرَتَهُ يَفْضَحْهُ فِي جَوْفِ بَيْتِهِ

> "যে ব্যক্তি তার মুসলিম ভাইয়ের গোপন দোষ খুঁজেখুঁজে বের করে, আল্লাহ তাআলা-ও তার দোষ খুঁজেখুঁজে বের করবেন এবং তা জনসমক্ষে প্রকাশ করে তাকে অপদস্থ করবেন। যদিও সে আপন ঘরের মধ্যস্থলে অবস্থান করে।"[২৪]

আমি মুহাম্মাদ বিন আবদুল্লাহ বিন সাযানকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেন, আমি ইবনু ইয়াযদান মাদাঈনিকে বলতে শুনেছি, 'আমি এমন অনেক মানুষকে দেখেছি,

[২৩] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ২৫৪৬; হাদীসের মান সহীহ।

[২৪] *মুসনাদ আবু ইয়ালা আল-মুওসিলি* : ১৬৭৫, হাদীসের মান হাসান; তাছাড়া ইমাম তিরমিযি—রাহিমাহুল্লাহ-ও স্বীয় হাদীস গ্রন্থে এটি উল্লেখ করেছেন। তবে সেই বর্ণনাতে ঘরের পরিবর্তে উটের হাওদার কথা বলা হয়েছে (হাদীস নং : ২০৩২)।

যাদের বহু দোষ-ত্রুটি ও মন্দ স্বভাব ছিলো। কিন্তু তারা অন্যদের দোষ-ত্রুটি গোপন রাখার ফলে আল্লাহও তাদের দোষ-ত্রুটি গোপন রেখেছেন। অবশেষে এক সময়ে তাদের সেসব দোষ-ত্রুটি ও মন্দ স্বভাব বিদূরিত হয়ে যায়। আবার এমন লোকদেরকেও দেখেছি, যাদের তেমন দোষ-ত্রুটি ও মন্দ স্বভাব ছিলো না। কিন্তু তারা অন্যদের দোষচর্চায় লিপ্ত হবার দরুন নিজেরাও সেসবে আক্রান্ত হয়ে পড়ে।'

অলসতা ও ঢিলেমিতে আক্রান্ত হওয়া

মানুষের মন্দ স্বভাবগুলোর মধ্যে অন্যতম হলো অলসতায় আক্রান্ত হওয়া, ঢিলেমি করা, সীমালঙ্ঘনে লিপ্ত হওয়া, টালবাহানার পথ বেছে নেওয়া, দীর্ঘ-আশা পোষণ করা ও মৃত্যুকে সুদূরপরাহত ভাবা।

এসবের প্রতিকার বিষয়ে আমি হুসাইন বিন ইয়াহয়াকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেন, আমি জাফর খলদিকে বলতে শুনেছি যে, জুনাইদ বাগদাদি—রাহিমাহুল্লাহ-কে প্রশ্ন করা হলো, 'আল্লাহর কাছে একান্তে পৌঁছার উপায় কী?' তিনি জবাব দিলেন, 'এমনভাবে তাওবা করা, যা গুনাহের পুনরাবৃত্তিকে বিনাশ করে দেয়। আল্লাহকে এমনভাবে ভয় করা, যা টালবাহানা করার মানসিকতাকে খতম করে দেয়। এমনভাবে আমল করায় মনোযোগী হওয়া, যা দীর্ঘ-আশা পোষণ করাকে স্বল্পতায় নামিয়ে দেয়। সময়ে সময়ে আল্লাহর যিকির করা ও তার কথা স্মরণ করা। দীর্ঘ-আশা থেকে নিজেকে দূরে রাখা ও মৃত্যুর কাছাকাছি পৌঁছার (কথা স্মরণ করিয়ে) স্বীয় খাহেশাতকে অবদমিত করে রাখা।'

পুনরায় তাকে প্রশ্ন করা হলো, 'কীভাবে একজন মানুষ নিজেকে এসব গুণাবলিতে উন্নীত করতে পারবে?' তিনি বললেন, 'একাগ্রচিত্ত ও একনিষ্ঠ হৃদয়ের সহায়তায়।'

বাহ্যিক অঙ্গসজ্জার প্রতি বেশি মনোযোগী হওয়া

মানুষ বাহ্যিক অঙ্গসজ্জার প্রতি বেশি মনোযোগী হয়। খুশুখুযূ যতোটুকু না অবলম্বন করে, তারচেয়ে বেশি ভান ধরে। তার তনু ইবাদাতে মগ্ন হলেও মন পড়ে থাকে অন্য কোথাও। এর প্রতিষেধক হলো, নিজের ভেতরগত অবস্থাকে উন্নত করার প্রতি মনোযোগী হওয়া। যাতে করে এর আলোয় বহির্গত অবস্থাও সুসজ্জিত হয়ে যায়। এতে করে বাড়তি কোনো সজ্জা ছাড়াই সে হবে সুসজ্জিত। অনুসারীবৃন্দ ছাড়াই হবে

গাম্ভীর্যপূর্ণ। আপনজন ছাড়া অন্যদের কাছেও হবে প্রিয়।

এই কারণেই মা'কিল বিন উবাইদিল্লাহ আল-জাযারি বলেছেন,

مَنْ أَصْلَحَ سَرِيرَتَهُ أَصْلَحَ اللَّهُ عَلَانِيَتَهُ

"যে ব্যক্তি তার অভ্যন্তরীণ অবস্থাকে সংশোধন করবে আল্লাহ তাআলা তার বাহ্যিক অবস্থাকে সংশোধন করে দিবেন।"[২৫]

প্রত্যেক আমলেরই প্রতিদান তলব করা

যে-কোনো আমল করেই তার প্রতিদান তলব করা কোনো ভালো গুণ নয়। এর প্রতিষেধক হলো, আমল করার ক্ষেত্রে নিজের কমতি ও ইখলাসহীনতার কথা মাথায় রাখা। যারা জ্ঞানী হয় তারা শিষ্টাচারবশত নিজ আমলের প্রতিদান তলব করাকে পরিহার করে। কারণ তারা জানে, আল্লাহ তাআলা একটি পরিমাণ নির্দিষ্ট করে রেখেছেন। আর তিনি যা নির্দিষ্ট করেছেন, দুনিয়া বা আখিরাতে তা বান্দা অবশ্যই লাভ করবে।

ইবাদাতের স্বাদ হারিয়ে ফেলা

মানুষ অনেক সময় ইবাদাতের স্বাদ হারিয়ে ফেলে। এটা হয় অন্তরের ব্যাধি আর মনের অসুখের কারণে। এটি ফিরে পাওয়ার উপায় হচ্ছে, হালাল খাদ্য ভক্ষণ করা। সর্বদা যিকির করা। নেককার লোকদের খিদমত করা এবং তাদের সংস্পর্শে যাওয়া। ইবাদাতের স্বাদ ফিরে পাওয়ার জন্য আল্লাহর দরবারে কান্নাকাটি করা। যাতে করে তিনি অন্তরের অন্ধকার ব্যাধি দূর করে এই রোগের নিরাময় করেন। এর দ্বারা বান্দা ইবাদাতের স্বাদ পুনরায় ফিরে পাবে।

অলসতায় আক্রান্ত হওয়া

অলসতায় আক্রান্ত হওয়াও মানুষের একটি বড় মনোরোগ। এর উৎপত্তি পরিতৃপ্তি থেকে হয়ে থাকে। কারণ মানুষ যখন পরিতৃপ্তি (সহযোগে আহার করে) তখন শক্তিশালী হয়। আর যখন সে শক্তিশালী হয় তখন তার নফসেরও জোর বেড়ে যায়।

[২৫] ইবনু আবিদ দুনয়া, *আল-ইখলাস ওয়ান নিয়্যাহ* : ৫৪ পৃষ্ঠা। মূল কিতাবে এটি রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর কথা হিসেবে উদ্ধৃত হয়েছে, যা সঠিক নয়।

নফসের জোর বেড়ে গেলে অন্তর নফসের ইচ্ছাশক্তি বাস্তবায়নে তৎপর হয়। এর প্রতিকার হলো নিজেকে ক্ষুধার্ত রাখা। কারণ যখন কেউ ক্ষুধার্ত থাকে তখন নফস দুর্বল হয়ে পড়ে। আর নফস দুর্বল হয়ে পড়লে অন্তর তার উপর প্রতিপত্তি লাভ করে। নফসের উপর অন্তরের প্রতিপত্তি লাভ হলে সে তাকে ইবাদাত-বন্দেগিতে লিপ্ত করতে পারে এবং তার থেকে অলসতার চাদরকে সরিয়ে দিতে পারে। এই কারণেই রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَا مَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلاَتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لاَ مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ.

> "মানুষ পেট থেকে অধিক নিকৃষ্ট কোনো পাত্র পূর্ণ করে না। মেরুদণ্ড সোজা রাখতে পারে এমন কয়েক লোকমাই আদম সন্তানের জন্য যথেষ্ট। তারচেয়েও বেশি প্রয়োজন হলে পাকস্থলীর এক তৃতীয়াংশ খাদ্যের জন্য, এক তৃতীয়াংশ পানীয়ের জন্য এবং এক তৃতীয়াংশ শ্বাস-প্রশ্বাসের জন্য রাখবে।"[২৬]

ইলমের মাধ্যমে দুনিয়া তালাশ করা

মানুষের আত্মিক আরেকটি রোগ হলো, ইলমকে মাধ্যম বানিয়ে নেতৃত্ব তালাশ করা, অহংকার ও বড়াইয়ের পথে হাঁটা এবং উদ্ধত হওয়া। এর প্রতিকার হলো, এই বিষয়ে চিন্তা-ভাবনা করা যে, আল্লাহ তাআলা তাকে ইলম প্রদান করে স্বীয় হুকুম-আহকামের আধার বানানোর মাধ্যমে অনুগ্রহ করেছেন। ইলম ও হিকমত প্রদানের যে নিআমত তিনি তাকে দান করেছেন তার কৃতজ্ঞতা যথাযথভাবে সে আদায় করতে পারছে না। বিনয় অবলম্বন করা ও নিজেকে ছোট মনে করা তার অন্যতম কর্তব্য। সৃষ্টিজীবের প্রতি দয়া এবং তাদের প্রতি কল্যাণকামী হওয়া তার দায়িত্ব। কারণ আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে,

مَنْ تَعَلَّمَ الْعِلْمَ لِيُبَاهِيَ بِهِ الْعُلَمَاءَ، وَيُجَارِيَ بِهِ السُّفَهَاءَ، وَيَصْرِفَ بِهِ وُجُوهَ النَّاسِ إِلَيْهِ،

---

[২৬] *তিরমিযি* : ২৩৮০, হাদীসের মান সহীহ; *মুসনাদ আহমাদ* : ১৭১৮৬। ক্ষুধা যে নফসকে ঠিক করে এবং মন্দ প্রবণতা থেকে অন্তরকে রক্ষা করে হাদীসের ভাষ্য থেকেও তা বুঝে আসে। রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَنِ اسْتَطَاعَ البَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغَضُّ لِلْبَصَرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ

"যে ব্যক্তির সামর্থ্য আছে সে যেন বিয়ে করে নেয়। কেননা বিয়ে চোখকে অবনত রাখে এবং লজ্জাস্থানকে সংযত রাখে। আর যার সামর্থ্য নেই সে যেন রোজা রাখে। কারণ তা কুপ্রবৃত্তিকে দমন করে।" (*সহীহ বুখারি* : ১৯০৫)

أَدْخَلَهُ اللَّـهُ جَهَنَّمَ

"যে ব্যক্তি আলেমদের সাথে প্রতিযোগিতা করতে কিংবা মুর্খদের সাথে তর্ক করতে অথবা মানুষের দৃষ্টিকে নিজের দিকে নিবদ্ধ করতে ইলম অন্বেষণ করবে আল্লাহ্ তাআলা তাকে জাহান্নামে প্রবেশ করাবেন।"[২৭]

এই কারণেই কোন এক সালাফ বলেছেন, 'যার ইলম বেশি (আল্লাহর প্রতি তার) ভয়ভীতিও বেশি।' কারণ আল্লাহ্ তাআলা পবিত্র কুরআনুল কারীমে ইরশাদ করেছেন,

إِنَّمَا يَخْشَى اللَّـهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ

"বান্দাদের মধ্য থেকে আলেমরাই কেবল আল্লাহ্ তাআলাকে ভয় করে।"

এক ব্যক্তি শাবি—রাহিমাহুল্লাহ-কে সম্বোধন করলো, 'হে আলেম!' তিনি তখন তাকে বললেন, 'আলেম (প্রকৃতপক্ষে) সেই ব্যক্তি, যে আল্লাহকে ভয় করে।'

অতিকথনে লিপ্ত হওয়া

১. অতিকথনে লিপ্ত হওয়া মানুষের মন্দ স্বভাবগুলোর একটি। দুইটি বিষয় থেকে এর উৎপত্তি হয়ে থাকে।

২. নেতৃত্বের অভিলাষ। সে চায় মানুষ দেখুক সে কতো বেশি ইলমের অধিকারী এবং বিশুদ্ধ-কথনে পারদর্শী।

সে সামান্য ইলমের অধিকারী। ফলে তাকে অতিকথনের আশ্রয় নিয়ে তা ঢাকতে হয়। এর প্রতিষেধক হলো, এই অনুভূতি জাগ্রত করা যে, প্রতিটি কথার জন্য তাকে জবাবদিহি করতে হবে। তার অতিকথনের সবটুকু লিখে রাখা হচ্ছে। এসব বিষয়ে তাকে জিজ্ঞাসার কাঠগড়ায় দাঁড় করানো হবে। কারণ আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তাআলা বলেছেন,

وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ كِرَامًا كَاتِبِينَ

"নিশ্চয়ই তোমাদের উপর হিসাবরক্ষণকারী নিয়োজিত আছেন। (তারা হলেন) সম্মানীত লেখকবৃন্দ।"[২৮]

---

[২৭] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ২৬০; *শুয়াবুল ঈমান* : ১৬৩৬; *সুনান দারেমি* : ৩৮৬ হাদীসের মান হাসান।
[২৮] সূরা ইনফিতার : ১০-১১

তিনি অন্যত্র বলেছেন,

مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ

"সে যে কথাই উচ্চারণ করে, তাই গ্রহণ করার জন্যে তার কাছে সদা প্রস্তুত প্রহরী রয়েছে।"[২৯]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّـهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيَقُلْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ

"যে ব্যক্তি আল্লাহ ও পরকালের প্রতি বিশ্বাস স্থাপন করে সে যেন ভালো কথা বলে নয়তো চুপ থাকে।"[৩০]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—আরও বলেছেন,

إِنَّ الْبَلَاءَ مُوَكَّلٌ بِالْمَنْطِقِ

"নিশ্চয়ই বিপদাপদ কথনের সাথে সম্পৃক্ত।"[৩১]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—অন্য আরেক হাদীসে বলেছেন,

وَهَلْ يُكِبُّ النَّاسَ عَلَى وُجُوهِهِمْ فِي النَّارِ، إِلَّا حَصَائِدُ أَلْسِنَتِهِمْ

"মানুষকে উল্টোমুখী করে জাহান্নামে নিক্ষেপ করবে কেবল তাদের জিহ্বার কামাই।"[৩২]

---

[২৯] সূরা কাফ : ১৮

[৩০] *সহীহ বুখারি* : ৬১৩৫; *সহীহ মুসলিম* : ৪৮

[৩১] *মুসনাদ শিহাব* : ২২৮। এই হাদীসের সনদ দুর্বল। নাসিরুদ্দীন আল-আলবানী—রাহিমাহুল্লাহ—একে মওযু বলছেন। (*সিলসিলা যঈফা* : ৩৩৮৪) কিন্তু ইবনুল জাওযি—রাহিমাহুল্লাহ—তাঁর বিখ্যাত গ্রন্থ *মাকাসিদে হাসানাহ*-তে এই হাদীসটির সবগুলো সনদ উল্লেখ করে বিস্তারিত পর্যালোচনা করার পর মন্তব্য করেছেন, 'আমরা যা (সনদ) উল্লেখ করলাম সেগুলোর সামগ্রিক দিক বিবেচনা করে এর উপর মওযু হবার সিদ্ধান্ত দেওয়া ভালো বলে মনে হয় না।' এরপর তিনি এই হাদীসের অর্থের সমর্থনে অন্য একটি বর্ণনাও উল্লেখ করেন।(বিস্তারিত দেখুন : *আল-মাকাসিদুল হাসানাহ*, ১/২৪২) এটি বিশিষ্ট সাহাবি আবদুল্লাহ বিন মাসউদ—রাদিয়াল্লাহু আনহু-এর বক্তব্য হিসেবেও বর্ণিত হয়েছে (যাইলাঈ, *তাখরীজু আহাদীসিল কাশশাফ*, ৩/৩৩৭)।

এই কথার দ্বারা বুঝানো হয়েছে, অনেক ক্ষেত্রে মানুষের বিপদাপদ কথাবার্তার কারণে ঘটে থাকে। কারণ মানুষ মুখ ফসকে কখন কী বলে ফেলে ঠিক নেই। তাই তো হাদীসে এসেছে, "যে চুপ থাকে সে মুক্তি পায়।" (*মুসনাদ আহমাদ* : ৬৪৮১)

[৩২] *সুনান তিরমিযি* : ২৬১৬; *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৩৯৭৩; *মুসনাদ আহমাদ* : ২২০৬৮, হাদীসের মান সহীহ।

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—(অতিকথন প্রসঙ্গে আরও) বলেছেন,

كَلَامُ ابْنِ آدَمَ عَلَيْهِ لَا لَهُ، إِلَّا الْأَمْرَ بِالْمَعْرُوفِ، وَالنَّهْيَ عَنِ الْمُنْكَرِ، وَذِكْرَ اللَّـهِ عَزَّ وَجَلَّ

"আদম সন্তানের সকল কথাই তার পক্ষে নয়, বিপক্ষে যাবে। তবে ব্যতিক্রম হলো: সৎকাজের প্রতি আদেশ, অসৎ কাজ থেকে নিষেধ, আল্লাহর যিকির।"[৩৩]

এই হাদীসের কথাগুলো গ্রহণ করা হয়েছে নিম্নোক্ত আয়াত থেকে,

لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّـهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا

"তাদের অধিকাংশ সলা-পরামর্শ ভাল নয়; কিন্তু যে সলা-পরামর্শ দান খয়রাত করতে কিংবা সৎকাজ করতে কিংবা মানুষের মধ্যে সন্ধিস্থাপন কল্পে করতো, তা স্বতন্ত্র। যে এক কাজ করে আল্লাহর সন্তুষ্টির জন্যে, আমি তাকে বিরাট সওয়াব দান করবো।"[৩৪]

সুনাম ও বদনামে সীমাছাড়া হওয়া

মানুষের একটি বদ স্বভাব হলো, কারও প্রতি সন্তুষ্ট থাকলে তার সীমাতিরিক্ত সুনাম করবে। এর বিপরীতে যদি কারও প্রতি অসন্তুষ্ট হয় তখন আবার সীমাছাড়া বদনাম করবে। এই বদ স্বভাবের প্রতিকার হলো, মনকে সত্য ও বাস্তবতায় অভ্যস্ত করে ফেলা। যাতে করে কারও প্রতি সন্তুষ্টি জন্মালে অতিমাত্রায় তার প্রশংসাতে লিপ্ত না হয়। এমনিভাবে কারও প্রতি রাগ জন্মালে যাতে সীমাছাড়া নিন্দা না করা হয়। এসব স্বভাবের অধিকাংশই জন্মায় মূলত আল্লাহ তাআলার আদেশ-নিষেধের প্রতি ভ্রূক্ষেপ না করার কারণে।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا

"যে বিষয়ে তোমার জ্ঞান নেই তাতে লিপ্ত হোয়ো না। নিশ্চয়ই কান, চক্ষু ও

[৩৩] *সুনান তিরমিযি* : ২৪১২, *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৩৯৭৪।
[৩৪] সূরা আন নিসা :১১৪

অন্তকরণ—এ সবগুলোই জিজ্ঞাসিত হবে।"[৩৫]

এমনিভাবে আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

احْثُوا فِي وُجُوهِ الْمَدَّاحِينَ التُّرَابَ

"অতিমাত্রায় প্রশংসাকারীর মুখে ধুলোবালি নিক্ষেপ কোরো।"[৩৬]

আল্লাহর সিদ্ধান্তে অসন্তুষ্ট হওয়া

মানুষ কাজকর্মে নামার আগে ইস্তিখারা করে নেয়। তারপর একটা কিছু বেছে নেওয়ার পর (তৎক্ষনাৎ উপকার না দেখতে পেলে) রাগান্বিত হয়ে পড়ে। এর প্রতিষেধক হলো, অন্তরে এই বিশ্বাসকে পোক্ত করা যে, মানুষের জ্ঞান কেবল বস্তু-বিষয়ের বাহ্যিক অবস্থার উপরই আবদ্ধ। পক্ষান্তরে আল্লাহ তাআলা প্রতিটি জিনিসের বাহ্যিক ও অভ্যন্তরীণ সকল অবস্থা সম্পর্কে অবগত। সুতরাং আল্লাহর নির্বাচন তার নিজের নির্বাচন থেকে অবশ্যই শ্রেয় হবে।

বান্দা নিজ বুদ্ধিতে যা নির্বাচন করে তা শঙ্কামুক্ত থাকে না। কারণ সে নিজেই অন্যের দ্বারা (অর্থাৎ আল্লাহর দ্বারা) পরিচালিত হয়। কাউকে পরিচালনা করে না। এবং যা কিছু ঘটার সিদ্ধান্ত হয়ে আছে তার ক্রোধ সেটা পরিবর্তন করতে পারবে না। তাই তার কর্তব্য হচ্ছে নিজের জন্য আল্লাহর সিদ্ধান্তের প্রতি সর্বদা সন্তুষ্ট থাকাকে আবশ্যক করে নেওয়া। এতেই সে সুখী হবে।[৩৭]

---

[৩৫] আল ইসরা : ৩৬

[৩৬] *মুসনাদ আহমাদ* : ২৩৮২৪, হাদীসের মান সহীহ।

[৩৭] দারুস শুরুক থেকে প্রকাশিত নুসখায় এই জায়গাতে আরও অতিরিক্ত কিছু কথা আছে। তা হলো, আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَلَهُ رِزْقٌ يَأْتِيهِ فَمَنْ رَضِيَ بِرِزْقِهِ بُورِكَ لَهُ فِيهِ وَوَسِعَهُ، وَمَنْ لَمْ يَرْضَهُ لَمْ يُبَارَكْ لَهُ فِيهِ وَلَمْ يَسَعْهُ

"প্রত্যেকের কাছেই তার জন্য বরাদ্দকৃত রিযিক পৌঁছবে। সুতরাং যে ব্যক্তি আপন রিযিকের ব্যাপারে সন্তুষ্ট থাকবে তার রিযিকে বরকত হবে এবং তাতে প্রশস্তি আসবে। আর যে ব্যক্তি আপন রিযিকের ব্যাপারে সন্তুষ্ট থাকবে না তার রিযিকে বরকত হবে না এবং তাতে প্রশস্তি আসবে না।"

দাউদ—আলাইহিস সালাম—বা অন্য কোনো নবি জিজ্ঞেস করেছেন, 'হে প্রভু, তোমার সবচেয়ে নিকৃষ্ট বান্দা কে?' আল্লাহ তাআলা উত্তরে বললেন, 'যে ব্যক্তি আমার কাছে ইস্তিখারা করলো অর্থাৎ পরামর্শ চাইলো অতঃপর আমি তার জন্য (একটা কিছু) নির্বাচন করলাম, তখন সে আমাকে দোষ দিলো ও আমার সিদ্ধান্তের প্রতি অসন্তুষ্টি প্রকাশ করলো।'

প্রথম বর্ণনাটি খুবই দুর্বল। মওযু পর্যায়ের। (*যঈফুল জা'মি* : ৪৭১৪; *ইলালু ইবনি আবী হাতিম* : ১৮৪৬) আর দ্বিতীয়টির কোনো সূত্র আমি খুঁজে পাইনি, যথাসম্ভব তা ইসরাঈলী বর্ণনা। এসব কারণেই মূল অনুবাদে এই অংশটুকু আর রাখা হলো না।

অতিমাত্রায় আকাঙ্ক্ষা করা

অতিমাত্রায় আকাঙ্ক্ষা করাও একটি মন্দ স্বভাব। আকাঙ্ক্ষার আধিক্যতা মানে হলো, আল্লাহর নির্ধারিত সিদ্ধান্তে ও বিচারে আপত্তি তোলা। এর প্রতিকারের পদ্ধতি হলো, মনেপ্রাণে বিশ্বাস করা যে, অতি আকাঙ্ক্ষার পরিণতি ফল ভালো হবে না মন্দ, পছন্দনীয় হবে না অপছন্দনীয় সেটা তার জানা নেই। তো অতি আকাঙ্ক্ষার পরিণতি ফল তার অজানা—এ কথা বোঝার পর এমনিতেই সে একে পরিহার করবে এবং আল্লাহর সিদ্ধান্তের প্রতি সন্তুষ্ট হয়ে তা মেনে নেওয়ার প্রতি ধাবিত হবে। দেখা যাবে এর কারণে সে একসময় আত্মিক প্রশান্তি লাভ করবে।

এই কারণেই আল্লাহর নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

إِذَا تَمَنَّى أَحَدُكُمْ، فَلْيَنْظُرْ مَا يَتَمَنَّى، فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي مَا يُكْتَبُ لَهُ مِنْ أُمْنِيَّتِهِ

"যখন তোমাদের কেউ কোনো আকাঙ্ক্ষা করবে, সে যেন ভালো করে দেখে নেয় যে কীসের আকাঙ্ক্ষা করছে। কারণ তোমাদের কেউ জানে না তার কোন আশাটি ভাগ্যে লেখা আছে।"[৩৮]

অন্য আরেক হাদীসে তিনি ইরশাদ করেছেন,

لَا يَتَمَنَّيَنَّ أَحَدُكُمُ الْمَوْتَ لِضُرٍّ نَزَلَ بِهِ، فَإِنْ كَانَ لَا بُدَّ مُتَمَنِّيًا فَلْيَقُلْ: اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتِ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي، وَتَوَفَّنِي إِذَا كَانَتِ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي

"ক্ষতিতে আক্রান্ত হওয়ার কারণে তোমাদের কেউ যাতে মৃত্যুর আকাঙ্ক্ষা না করে। যদি তাকে আকাঙ্ক্ষা করতেই হয় তবে যেন বলে—হে আল্লাহ, আমাকে ততোদিন বাঁচিয়ে রাখো যতোদিন বেঁচে থাকা আমার জন্য কল্যাণকর। এবং আমাকে তখন মৃত্যু দাও যখন মৃত্যু আমার জন্য কল্যাণকর।"[৩৯]

---

[৩৮] *মুসনাদ আহমাদ* : ৮৬৮৯; হাদীসের মান যঈফ। কারণ এটি উমার বিন আবু সালামাহ এর একক বর্ণনা। আর তিনি যখন এককভাবে কোনো কিছু বর্ণনা করেন তখন তা যঈফ বলে গণ্য হয়। (দেখুন : শুয়াইব আল-আরনাউত এর তাহকীককৃত *মুসনাদ আহমাদ*, ১৪/৩১৬)।

[৩৯] *সহীহ মুসলিম* : ২৬৮০; *মুসনাদ আহমাদ* : ১১৯৭৯

অনর্থক বিষয়ে লিপ্ত হওয়া

মানুষের একটি মন্দ অভ্যাস হলো, দুনিয়াবি বিষয়ে এবং মানুষের সাথে অতি কথনে নিমগ্ন হওয়া। এর প্রতিকার হলো, সবসময়ই আল্লাহর যিকিরে নিমগ্ন থাকা। যাতে করে দুনিয়া, দুনিয়ার মানুষজন ও দুনিয়াবি ব্যস্ততার কথা তার তেমন স্মরণে না আসে। সেই সাথে এটাও মনে রাখা যে, এসবই হলো অনর্থক ও ফায়দাহীন কাজ। সুতরাং তা পরিহার করাই উচিত। কারণ রাসূলুল্লাহ—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ

'ব্যক্তির ইসলামের সৌন্দর্য হচ্ছে সে অনর্থক বিষয় পরিহার করবে।' [৪০]

লৌকিকতা প্রদর্শন করা

ইবাদাত-বন্দেগিতে লৌকিকতা প্রদর্শন করা হলো মানুষের আরেকটি রোগ। এমনটা করার কারণ হলো যাতে করে অন্যরা তার ইবাদাত-বন্দেগির কথা জানতে পারে এবং তার কাজকর্মগুলো প্রত্যক্ষ করে। ফলে মানুষের কাছে তার আলাদা একটা অবস্থান তৈরি হবে। এটি দূর করতে হলে এই কথা মনে গেঁথে নিতে হবে যে, তার লাভ-ক্ষতির কোনো বিষয়ই সৃষ্টিজীবের কাছে অর্পিত হয়নি। সুতরাং এই ত্রুটি দূর করতে তার উচিত নিজের ইবাদাত-আমলে ইখলাস বা আল্লাহ-নিষ্ঠতা আনয়নের চেষ্টা করা। কারণ আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّـهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ

"তাদেরকে কেবল এই বিষয়েরই আদেশ করা হয়েছে যে, তারা দ্বীনকে একনিষ্ঠ করে আল্লাহর ইবাদাত করবে।"[৪১]

নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—হাদীসে কুদসিতে স্বীয় রব থেকে বর্ণনা করেন, তিনি বলেছেন,

مَنْ عَمِلَ لِي عَمَلًا أَشْرَكَ فِيهِ غَيْرِي، فَأَنَا مِنْهُ بَرِيءٌ، وَهُوَ لِلَّذِي أَشْرَكَ

[৪০] *সুনান তিরমিযি* : ২৩১৭; *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৩৯৭৬; *মুসনাদ আহমাদ* : ১৭৩৭। হাদীসের মান সহীহ
[৪১] সূরা বাইয়িনাহ : ০৫

"যে ব্যক্তি আমার জন্য এমন কোনো আমল করলো, যাতে সে অন্য কাউকে আমার সাথে শরীক করলো তাহলে আমি তার থেকে মুক্ত। সে কাজ তার জন্য যাকে সে শরীক করেছে।"[৪২]

লোভ-লালসার শিকার হওয়া

লোভ-লালসা হলো মানুষের অন্যতম আত্মিক রোগ। এটি দূর করার তরিকা হলো এই বিষয়ে সচেতন হওয়া যে, লোভ তাকে দুনিয়ার ভেতর প্রবিষ্ট করে দিবে এবং ইবাদাতের মজা ভুলিয়ে দিবে। সেই সাথে তাকে মানুষের গোলামও বানিয়ে দিবে। অথচ আল্লাহ তাআলা তাকে তাদের গোলামি থেকে মুক্ত করে সৃষ্টি করেছেন।

আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—লোভ থেকে পানাহ চেয়েছেন। তিনি বলেছেন,

اسْتَعِيذُوا بِاللَّـهِ مِنْ طَمَعٍ يَهْدِي إِلَى طَبْعٍ، وَمِنْ طَمَعٍ فِي غَيْرِ مَطْمَعٍ

(হে আল্লাহ,) আমি তোমার কাছে পানাহ চাই এমন লোভ থেকে, যা হৃদয়কে মোহাবিষ্ট করার দিকে নিয়ে যায়। এবং এমন লালসা থেকেও তোমার আশ্রয় চাই, যেখানে লালসা করার মতো কিছু নেই।[৪৩]

এটি এমন লোভ, যা মানুষের অন্তরে গেঁথে গিয়ে তাকে দুনিয়ার প্রতি প্রলুব্ধ করে এবং আখিরাত থেকে বিমুখ করে। একজন সালাফ থেকে বর্ণিত আছে, তিনি বলেছেন, 'লোভ হলো উপস্থিত দরিদ্রতা। লোভগ্রস্থ ধনী ব্যক্তি প্রকৃতপক্ষে দরিদ্র। আর লোভমুক্ত দরিদ্র ব্যক্তি প্রকৃতপক্ষে ধনী।'

আল্লাহ তাআলা (হাদীসে কুদসিতে) বলেছেন, 'আমি কোনো সৃষ্টিজীবকে অন্য সৃষ্টিজীবের দায়িত্বে ঠিক ততোটুকুই অর্পণ করি যতোটুকু সে অন্যের থেকে আশা করে। যদি সে আমি ছাড়া অন্য কারও কাছে কিছু প্রত্যাশা না করতো তবে আমি এক সৃষ্টিজীবকে অন্য সৃষ্টিজীবের দায়িত্বে কখনো অর্পণ করতাম না।'

কবি বলেছেন,

أتطمع فِي ليلى وتعلم إِنَّمَا ... تقطع أَعْنَاق الرِّجَال المطامع

[৪২] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৪২০২, হাদীসের মান সহীহ

[৪৩] *মুসনাদ আহমাদ* : ২২০২১; হাদীসের মান যঈফ (*সিলসিলা যঈফা* : ১৩৭৩)

লায়লাকে পাবার লোভ করছো তুমি
অথচ লোভ-লালসা কাটে গলা
সেই কথা জানো তুমি।

আরেক কবি বলেছেন,

أطعت مطامعي فاستعبدتني ... ولوأني قنعت لكنت حرا

লোভের পিছে ছুটে আমি
হলাম অন্যের অধীন,
নয়তো এখন হতাম আমি
পুরোপুরি স্বাধীন।

ঘরবাড়ি বানানোর নেশা

দুনিয়ার বুকে অধিকহারে ঘরবাড়ি বানানোর নেশা অনেকের বদ-স্বভাব। এর প্রতিকারের জন্য আগে বুঝে নিতে হবে যে, দুনিয়া কোনো স্থায়ী ঠিকানা নয়। বরং আখিরাত হলো তার স্থায়ী ঠিকানা। বুদ্ধিমান তো সে, যে স্থায়ী বাসস্থানের জন্য কাজ করে। সাময়িক বিরতিস্থলের জন্য নয়। কারণ সাময়িক বিরতিস্থল একসময় আপনি ছেড়ে আসবেন। কিন্তু স্থায়ী আবাসস্থল রয়ে যাবে। তাই যে আবাসস্থলে আপনি চিরস্থায়ী বন্দোবস্ত করে থাকবেন তার জন্যই তো আমল করা উচিত।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ

"নিশ্চয়ই দুনিয়ার জীবন খেল-তামাশা, শোভা-সৌন্দর্য, তোমাদের পারস্পরিক গর্ব-অহঙ্কার এবং ধন-সম্পদ ও সন্তানসন্ততিতে আধিক্যের প্রতিযোগিতা মাত্র।"[৪৪]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى

"এবং আখিরাতই হলো উত্তম ও স্থায়ী।"[৪৫]

তিনি অন্যত্র বলেন,

وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ

"নিশ্চয়ই আখিরাতের আবাসস্থল মুত্তাকীদের জন্য উত্তম।"[৪৬]

নিজের কাজকে ভালো মনে করা

নিজের কাজকে ভালো মনে করা এবং তার বিপরীত যে কাজ করে তাকে মন্দ মনে করাও একটি বদ স্বভাব। এটাকে পরিবর্তন করতে নিজের নফসকে দোষারোপ করার অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে। কারণ নফস সাধারণত মন্দ কাজের আদেশ করে থাকে। পাশাপাশি অন্যদের প্রতি সুধারণা রাখতে হবে। যেহেতু শেষ পরিণতিফল সুনিশ্চিতভাবে কারও জানা নেই।

নিজের প্রতি অতিমাত্রায় যত্নশীল হওয়া

নিজের প্রতি অতিমাত্রায় যত্নশীল হওয়া ও অধিকহারে নিজের দেখভালে নিয়োজিত হয়ে পড়াও একটি আত্মিক রোগ। এর সংশোধনকল্পে নিজের প্রতি বেশি মনোযোগ দেওয়া ও নিজেকে নিয়ে বেশি ব্যস্ত হওয়া পরিহার করতে হবে। আমি আমার দাদাকে এমনই বলতে শুনেছি। তিনি বলতেন, 'যে নিজেকে নিজে সম্মানীত মনে করে তার কাছে স্বীয় দ্বীন গুরুত্বহীন হয়ে পড়ে।'

প্রতিশোধ প্রবণতা

প্রতিশোধ প্রবণতা ও ঝগড়া-বিবাদে লিপ্ত হওয়া এবং ক্রোধে আক্রান্ত হওয়াটাও মানুষের একধরনের মনোরোগ। এর চিকিৎসা হলো, নিজের এমন ইচ্ছাগুলোর সাথে

[৪৫] সূরা আ'লা : ১৭
[৪৬] সূরা আনআম : ৩২

বৈরিতা রাখা ও বিদ্বেষ পোষণ করা। প্রতিশোধ নিতে হলে কেবল দ্বীনের খাতিরে তা করার মানসিকতা তৈরি করা। নিষিদ্ধ কাজে লিপ্ত হওয়ার ব্যাপারে ক্রোধকে ব্যবহার করা। যেমন রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে যে, তিনি নিজের ব্যক্তিগত বিষয়ে কখনোই প্রতিশোধ নিতেন না। তবে যদি আল্লাহর হারামকৃত বিষয়ে কেউ ব্যত্যয় ঘটাতো, তবে তা ছিলো ব্যতিক্রম। তাঁর প্রতিশোধ নেওয়াটাও ছিলো কেবলই আল্লাহর ওয়াস্তে।

অভ্যন্তরীণ দোষক্রটির ব্যাপারে ভ্রুক্ষেপ না করা

লোক দেখানোর জন্য নিজের বাহ্যিক বিষয়গুলো সংশোধনে ব্রতী হওয়া এবং আল্লাহর কাছে লক্ষণীয় ও সংশোধনের অধিক উপযুক্ত অভ্যন্তরীণ দোষক্রটির প্রতি ভ্রুক্ষেপ না করাটা হলো মনের অন্যতম ব্যাধি। এই ব্যাধি দূর করার জন্য দৃঢ়ভাবে একথা বিশ্বাস করতে হবে যে, মানুষজন তাকে ঠিক ততোটুকুই সম্মান করবে যতোটুকু সম্মান করার কথা আল্লাহ তাআলা মানুষের অন্তরে গেঁথে দিয়েছেন। পাশাপাশি এ কথাও জেনে নিতে হবে যে, অভ্যন্তরীণ অবস্থাটাই হলো আল্লাহর কাছে মূল বিবেচ্য বিষয়। সুতরাং বাহ্যিক অবস্থা, যা কি-না মানুষের কাছে বিবেচ্য বিষয়, তার তুলনায় অভ্যন্তরীণ সংশোধনটাই আসল লক্ষ্য হওয়া উচিত।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

إِنَّ اللَّـهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

“নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা তোমাদের উপর নজরদারি করেন।” [৪৭]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—ইরশাদ করেন,

إِنَّ اللَّـهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُوَرِكُمْ، وَأَمْوَالِكُمْ، وَلَكِنْ إِنَّمَا يَنْظُرُ إِلَى أَعْمَالِكُمْ، وَقُلُوبِكُمْ

“নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা তোমাদের চেহারা-সুরত ও ধন-সম্পদের প্রতি লক্ষ করেন না। তিনি লক্ষ করেন তোমাদের আমল ও অন্তরের প্রতি।[৪৮]

রিযিক নিয়ে দুশ্চিন্তায় ভোগা

রিযিক নিয়ে মানুষ খুব বেশি দুশ্চিন্তায় ভোগে। একটাও একটা মনোরোগ। অথচ

[৪৭] সূরা নিসা : ০১

[৪৮] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৪১৪৩, হাদীসের মান সহীহ।

আল্লাহ তাআলা তার জন্য রিযিকের দায়িত্ব গ্রহণ করেছেন। অপর দিকে সে আমলের ব্যাপারে উদাসীন। অথচ আল্লাহ এর দায়িত্ব তার উপর ন্যস্ত করেছেন। অন্য কেউ সেটা তার জন্য করে দিলেও হবে না। এই বিষয়টি সংশোধনের জন্য এই কথা জেনে নিতে হবে যে, যেই আল্লাহ তাকে সৃষ্টি করেছেন তিনি তার রিযিকের দায়িত্বভারও গ্রহণ করেছেন। তিনি বলেছেন,

ٱللَّـهُ ٱلَّذِي خَلَقَكُمْ ثُمَّ رَزَقَكُمْ

> "তিনি সেই আল্লাহ, যিনি তোমাদের সৃষ্টি করেছেন অতপর তোমাদের রিযিক দান করেছেন।"[৪৯]

সুতরাং আল্লাহর সৃষ্টির ব্যাপারে মানুষ যেমন কোনো সন্দেহ করে না তেমনি (আল্লাহ প্রদত্ত) রিযিকের ব্যাপারেও তার কোনোরূপ সন্দেহ না থাকা উচিত।

আমি মুহাম্মাদ বিন আবদুল্লাহকে হাতেম আল-আসম্ম এর সূত্রে বলতে শুনেছি, প্রতিদিন সকালে শয়তান আমাকে জিজ্ঞেস করে, 'আজকে তুমি কী খাবে, কী পরবে আর কোথায় থাকবে?' আমি উত্তরে বলি, 'আমি মরণ খাবো, কাফন পরবো আর কবরে থাকবো।'

অন্তর শক্ত হয়ে যাওয়া

অনেকেই অধিকহারে পাপাচার ও অবাধ্যতায় লিপ্ত হয়। যার ফলে তাদের অন্তর শক্ত হয়ে যায়। এটি দূর করার জন্য বেশি বেশি ইস্তিগফার তথা আল্লাহর দরবারে ক্ষমা প্রার্থনা করতে হবে। প্রতিটি মুহূর্তে তাওবা করতে হবে। নিয়মতান্ত্রিক সাওম রাখা, রাতের বেলায় তাহাজ্জুদ আদায় করা, ভালো মানুষদের সম্মান করা, সৎলোকদের সংস্পর্শ গ্রহণ করা, যিকিরের মজলিসে গমন করার কাজগুলোও করতে হবে।

এক ব্যক্তি হাসান বসরি—রাহিমাহুল্লাহ-এর কাছে অন্তর শক্ত হয়ে যাওয়ার অভিযোগ করেছিলো। তিনি তাকে বললেন, 'যিকিরের মাধ্যমে তাকে বিগলিত করো।'[৫০]

---

[৪৯] সূরা রূম : ৪০

[৫০] *কিতাবুয যুহদ লি আহমাদ* : ১৫১০। লেখক এটা রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর ঘটনা হিসেবে উল্লেখ করেছেন যা সঠিক নয়। বরং এটি হাসান বসরি—রাহিমাহুল্লাহ-এর ঘটনা। তবে হ্যাঁ, রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকেও অনুরূপ ঘটনা বর্ণিত আছে। সেখানে অন্তর শক্ত হয়ে যাবার অভিযোগকারীকে তিনি বলেছিলেন, 'তুমি যদি অন্তরকে নরম করতে চাও তবে মিসকিনদের খানা খাওয়াও এবং এতিমের মাথায় হাত বুলিয়ে দাও। (বাইহাকি, *শুআবুল ঈমান* : ১০৫২৩)

এক হাদীসে রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّـهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ سَبْعِينَ مَرَّةً

"নিশ্চয়ই আমি দিনে সত্তর বারেরও বেশি আল্লাহর কাছে ইস্তিগফার করি।"[৫১]

অন্য আরেক হাদীসে তিনি বলেছেন,

إِنَّ العَبْدَ إِذَا أَخْطَأَ خَطِيئَةً نُكِتَتْ فِي قَلْبِهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءُ، فَإِذَا هُوَ نَزَعَ وَاسْتَغْفَرَ وَتَابَ سُقِلَ قَلْبُهُ، وَإِنْ عَادَ زِيدَ فِيهَا حَتَّى تَعْلُوَ قَلْبَهُ، وَهُوَ الرَّانُ الَّذِي ذَكَرَ اللَّـهُ {كَلاَّ بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ}

"বান্দা যখন একটি গুনাহ করে তখন তার অন্তরে একটি কালো দাগ পড়ে যায়। অতপর যখন সে গুনাহের কাজ পরিহার করে, ক্ষমা প্রার্থনা করে এবং তাওবা করে তার অন্তর তখন পরিষ্কার ও দাগমুক্ত হয়ে যায়। সে আবার পাপ করলে তার অন্তরে দাগ বৃদ্ধি পেতে থাকে এবং একসময় পুরো অন্তর তাতে ছেয়ে যায়। এটাই সেই মরিচিকা যার কথা আল্লাহ তাআলা উল্লেখ করেছেন-কখনো নয়, তাদের কৃতকর্মই তাদের মনে জং ধরিয়েছে। (সূরা মুতাফফিফীন : ১৪)"[৫২]

লোকজনের দৃষ্টি নিজের দিকে আকৃষ্ট করা

স্থূল চিন্তার লোকদের শিকার করার জন্য কিছু মানুষ আছে যারা অনেক সময় প্রচুর কথাবার্তা বলে এবং সূক্ষ্মাতিসূক্ষ্ম জ্ঞানগত বিষয়ে আলাপচারিতার অবতারণা করে। সুন্দর সুন্দর কথামালা ও বাকপটুতার মাধ্যমে লোকজনের দৃষ্টি নিজের দিকে আকৃষ্ট করে। এই মন্দ স্বভাব সংশোধন করার জন্য যা করতে হবে তা হলো, অন্যদের যে উপদেশ দেওয়া হয় তার উপর প্রথমে নিজে আমল করা। মানুষজনকে কথার পরিবর্তে কর্মের মাধ্যমে উপদেশ দেওয়া।

বর্ণিত আছে, আল্লাহ তাআলা ঈসা বিন মারইয়াম—আলাইহিস সালাতু ওয়াসসালাম-এর কাছে ওহি প্রেরণ করেছিলেন এই মর্মে যে, 'যখন তুমি মানুষকে উপদেশ দিতে চাইবে তো প্রথমে নিজেকে দিয়ে শুরু করবে। যদি নিজে সে উপদেশ গ্রহণ করে নিতে পারো তখন অন্যদের তা প্রদান করবে। অন্যথায় আমাকে লজ্জা কোরো।'[৫৩]

---

[৫১] *সুনান তিরমিযি* : ৩২৫৯, *সুনান ইবনু মাজাহ* : ৩৮১৬; হাদীসের মান সহীহ।

[৫২] *সুনান তিরমিযি* : ৩৩৩৪; হাদীসের মান হাসান।

[৫৩] ইবনু আবিদ দুনয়া, *আল-আমরু বিল মারূফ ওয়ান নাহয়ু আনিল মুনকার* : ৭৯

আল্লাহর নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

رَأَيْتُ لَيْلَةَ أُسْرِيَ بِي رِجَالًا تُقْرَضُ شِفَاهُهُمْ بِمَقَارِيضَ مِنْ نَارٍ، فَقُلْتُ: يَا جِبْرِيلُ مَنْ هَؤُلَاءِ؟ قَالَ: هَؤُلَاءِ خُطَبَاءُ مِنْ أُمَّتِكَ، يَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ، وَيَنْسَوْنَ أَنْفُسَهُمْ، وَهُمْ يَتْلُونَ الْكِتَابَ ، أَفَلَا يَعْقِلُونَ

মিরাজের রাতে আমি এমন কিছু লোককে দেখলাম, আগুনের কাঁচি দিয়ে যাদের ঠোঁট কর্তন করা হচ্ছিলো। আমি জানতে চাইলাম, 'এরা কারা হে জিবরীল?' তিনি জানালেন, 'এরা আপনার উম্মতের সেসব বক্তা, যারা লোকদেরকে ভালো কাজের আদেশ করতো কিন্তু নিজেদের কথা ভুলে থাকতো। তারা কুরআনও তিলাওয়াত করতো। তারা কী তা বুঝতো না?'[৫৪]

সর্বদা অতিমাত্রায় আনন্দিত ও খুশি থাকা

মানুষের স্বভাবের একটি মন্দ দিক হলো (সর্বদা অতিমাত্রায়) আনন্দিত ও খুশি থাকা এবং আরাম-আয়েশ অন্বেষণ করা। এটি গাফলতি থেকে সৃষ্টি হয়ে থাকে। এর প্রতিষেধক হলো, আপন অবস্থার ব্যাপারে সচেতন থাকা। আদিষ্ট বিষয় পালন না করা এবং নিষিদ্ধ বিষয়ে জড়িয়ে পড়ার কথা স্মরণ করা। সেই সাথে এই কথাও মাথায় রাখা যে, এই দুনিয়া হলো তার জন্য কারাগার সদৃশ। আর কারাগারে কখনো আনন্দ-বিনোদন থাকে না।

আল্লাহর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—ইরশাদ করেছেন,

الدُّنْيَا سِجْنُ الْمُؤْمِنِ وَجَنَّةُ الكَافِرِ

"দুনিয়া মুমিনের জন্য কারাগার আর কাফিরের জন্য জান্নাত।"[৫৫]

এই কারণে দুনিয়ার যাপিত জীবন হওয়া উচিত কারাবাসী মানুষদের জীবনের মতো। ফুর্তিবাজ মানুষদের মতো নয়।

দাঊদ আত-তাঈ বলেছেন, 'আল্লাহ-প্রেমী বান্দাদের অন্তর জাহান্নামের স্মরণ ক্ষত-বিক্ষত করে দিয়েছে।'

---

[৫৪] *মুসনাদ আহমাদ* : ১৩৫১৫, হাদীসের মান সহীহ
[৫৫] *সুনান তিরমিযি* : ২৩২৪, হাদীসের মান সহীহ

এক ব্যক্তি বিশর আলহাফি—রাহিমাহুল্লাহ-কে বললেন, কী ব্যাপার আপনাকে চিন্তিত দেখছি যে!' তিনি উত্তরে বললেন, 'কারণ আমাকে পর্যবেক্ষণ করা হচ্ছে।' [৫৬]

কুপ্রবৃত্তির অনুসরণ করা

কুপ্রবৃত্তির অনুসরণ করা, তার সন্তুষ্টি অনুযায়ী পরিচালিত হওয়া এবং তার চাওয়া-পাওয়ার বাস্তবায়ন করা হলো মানুষের অন্যতম মনোরোগ। এটি দূর করার তরীকা হলো সেটা, যা আল্লাহ তাআলা আদেশ করেছেন যে,

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى

"যে ব্যক্তি স্বীয় রবের সামনে দাঁড়ানোকে ভয় করবে এবং নিজেকে কুপ্রবৃত্তি থেকে বারণ করবে জান্নাতই হবে তার বাসস্থান।"[৫৭]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ

"নিশ্চয়ই প্রবৃত্তি মন্দ বিষয়ের আদেশদাতা।"[৫৮]

মুদর আল-ক্বারি বলেছেন, 'প্রবৃত্তি যখন অন্তরের ভেতর শেকড় গেঁড়ে বসে তখন তার বিরোধিতা করা নখ দিয়ে পাহাড় খোদাই করার চেয়েও কঠিন হয়ে যায়।'

অন্যের সঙ্গ কামনা করা

চিরকাল আত্মীয়-স্বজন ও ভাই-বেরাদারদের সঙ্গ পাওয়া ও তাদের সাথে ঘনিষ্ঠ হয়ে থাকার কামনা করে থাকেন অনেকে। অথচ যে-কোনো সঙ্গীকেই কোনো না কোনো সময় ছেড়েই যেতে হয়। সব ধরনের ঘনিষ্ঠতা এক সময় না এক সময় ছিন্ন হয়ে যায়। যেমন বর্ণিত আছে যে, জিবরীল—আলাইহিস সালাম—রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-কে বলেছিলেন,

يَا مُحَمَّدُ، أَحْبِبْ مَنْ شِئْتَ فَإِنَّكَ مُفَارِقُهُ، وَاعْمَلْ مَا شِئْتَ فَإِنَّكَ مَجْزِيٌّ بِهِ، وَعِشْ مَا

---

[৫৬] অর্থাৎ ফেরেশতা যেহেতু সর্বদা আমাদের পর্যবেক্ষণে রাখছে এবং ভালোমন্দ কাজের হিসাব রাখছে তখন এতো আনন্দ করার সুযোগ কই!

[৫৭] সূরা নাযিআত : ৪০-৪১

[৫৮] সূরা ইউসুফ : ৫৩

شِئْتَ فَإِنَّكَ مَيِّتٌ، وَاعْلَمْ أَنَّ شَرَفَ الْمُؤْمِنِ قِيَامُهُ بِاللَّيْلِ وَعِزَّهُ اسْتِغْنَاؤُهُ عَنِ النَّاسِ

> "হে মুহাম্মাদ, যাকে ইচ্ছা ভালোবেসে নিন। কারণ (একসময়) তাকে আপনার ছাড়তে হবে। যা ইচ্ছা হয় আমল করে নিন। কারণ আপনাকে তার প্রতিদান দেওয়া হবে। যতোটুকু ইচ্ছা জীবনযাপন করে নিন। কারণ আপনাকে মরতে হবে। জেনে রাখুন, মুমিনের মর্যাদা (ইবাদাতের মাধ্যমে) রাত্রিজাগরণের দ্বারা নির্ণীত হয়ে থাকে। এবং মানুষের থেকে অমুখাপেক্ষী হওয়ার দ্বারা তার সম্মান নির্ধারণ হয়ে থাকে।"[৫৯]

আবুল কাসিম আল-হাকীম বলেছেন,

> 'বন্ধুত্বের মাঝে শত্রুতা লুকিয়ে থাকে। তবে যা আন্তরিকতার সাথে হয় তা ভিন্ন। সম্পদ সঞ্চয়ের মাঝে আফসোস লুকিয়ে থাকে। তবে যা অন্যের উপকারার্থে হয় তা ভিন্ন। আর মানুষের সাথে মেলামেশার ভেতর ক্ষতি লুকিয়ে থাকে। তবে যে মেলামেশা শিক্ষার জন্য হয় তা ভিন্ন।'

নিজের আমলকে ভালো মনে করা

নিজের ইবাদাত-বন্দেগিকে পছন্দ করা ও নিজেকে ভালো মনে করা অনেকের বদ স্বভাব। এর প্রতিকার হলো, এই বিষয়ে অবগত থাকা যে, তার আমলসমূহ ইখলাসপূর্ণ হলেও তা শঙ্কামুক্ত নয়। আর নিজের কাজকর্ম ও আমলসমূহকে দারুণ মনে করা পরিহার করার মাধ্যমেই মূলত প্রকৃত ইখলাস অর্জিত হয়ে থাকে।

অন্তরকে মৃত বানিয়ে ফেলা

প্রবৃত্তির অনুসরণ করার মাধ্যমে অন্তরের মৃত্যু ঘটানো হলো মানুষের একটি মানবীয় রোগ। প্রবৃত্তি যখন কারও ভেতর বাসা বাঁধে তখন তার অন্তর ইবাদাত-বন্দেগি ও আনুগত্যের প্রতি বীতশ্রদ্ধ হয়ে পড়ে। এটাকে রোধ করার জন্য প্রবৃত্তির খাহেশ পূরণ করা থেকে নিজেকে বিরত রাখতে হবে এবং যেসব ভালো কাজ করতে অন্তর সায় দেয় না নিজেকে সেসব কাজে জড়াতে হবে। সেই সাথে সবসময়ই প্রবৃত্তির বিরোধিতায় নিজেকে নিয়োজিত রাখতে হবে। এসবের ভেতর দিয়েই দেখা যাবে ধীরেধীরে কুপ্রবৃত্তির মৃত্যু ঘটবে।

---

[৫৯] বাইহাকি, *শুআবুল ঈমান* : ১০০৫৮, হাদীসের মান সহীহ (*সিলসিলা সহীহা* : ৮৩১)।

আবু হাফসকে জিজ্ঞেস করা হয়েছিলো, 'কীভাবে অন্তরকে সংশোধন করা সম্ভব?' তিনি জানালেন, 'কুপ্রবৃত্তির বিরোধিতা করার মাধ্যমে। কারণ এটি হলো সকল আপদের কেন্দ্রস্থল।'

নিজেকে নিরাপদ মনে করা

শয়তানের চক্রান্ত, কুমন্ত্রণা আর ধোঁকা থেকে নিজেকে নিরাপদ ভাবাটাও মানব মনের একটি সমস্যা। এর জন্য যা করতে হবে তা হলো, সব ধরনের ইবাদাত-বন্দেগি শর্ত মেনে বিশুদ্ধতার সাথে পালন করা এবং আল্লাহর দরবারে রোনাজারি করা। যেন তিনি এর কারণে তার উপরে দয়া করেন।

আল্লাহ তাআলা (শয়তানকে উদ্দেশ্য করে) বলেছেন,

إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ

"নিশ্চয়ই আমার বান্দাদের উপর তোমার কোনো ক্ষমতা নেই।"[৬০]

সংশোধিত হওয়ার ভান ধরা

মানব মনের একটি রোগ হলো সংশোধিত হওয়ার ভান ধরা। অথচ আন্তরিকভাবে সে সংশোধনের প্রতি কোনো প্রণোদনা অনুভব করে না। এর প্রতিষেধক হলো অভ্যন্তরীণভাবে নিজের ভেতর যতোটুকু সংশোধন রয়েছে বাহ্যিকভাবে ঠিক ততোটুকুই জাহের করা। কারণ রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

الْمُتَشَبِّعُ بِمَا لَمْ يُعْطَ كَلاَبِسِ ثَوْبَيْ زُورٍ

"না পেয়েও পাওয়ার ভানকারী ব্যক্তি মিথ্যাচারের দুইটি পোশাক পরিধানকারীর মতোই।"[৬১]

আল্লাহর ছাড়কে গুরুত্ব না দেওয়া

পাপাচার করা সত্ত্বেও আল্লাহ তাআলার ছাড় দেওয়াকে গুরুত্ব না দেওয়া খুবই খারাপ বিষয়। এর সংশোধনের জন্য সবসময় আল্লাহকে ভয় করার অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে।

[৬০] সূরা হিজর : ৪২
[৬১] *সহীহ বুখারি* : ৫২১৯, *সহীহ মুসলিম* : ২১৩০

মনে রাখবেন, এই ছাড় আসলে ছাড় নয়। আল্লাহ তাআলা অবশ্যই এই বিষয়ে অদূর ভবিষ্যতে জিজ্ঞাসার কাঠগড়ায় দাড় করাবেন এবং এর প্রতিবিধান করবেন। তবে হ্যাঁ, যার প্রতি তিনি দয়াপরবশ হবেন তার কথা ভিন্ন।

আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَعِبْرَةً لِّمَن يَخْشَىٰ

"নিশ্চয়ই তাতে শিক্ষা রয়েছে তাদের জন্য, যারা ভয় করে।"[৬২]

কবি বলেছেন,

غرها إمهال خَالِقهَا لَهَا ... لَا تحسبن إمهالها إهمالها

স্রষ্টার ছাড় তাকে বানিয়েছে বোকা
এই ছাড়ে যেন সে না খায় ধোঁকা।

মানুষের দোষক্রটি বলে বেড়ানো

ঘুরে ঘুরে বন্ধু-বান্ধব ও ভাইদের দোষক্রটি বলে বেড়ানো হলো মানব মনের মন্দ ব্যাধি। এর প্রতিকার হলো, নিজেকে নিয়ে চিন্তা-ফিকির করে অন্যের জন্য ঠিক সেটাই পছন্দ করা যা নিজের জন্য পছন্দনীয় বলে মনে হয়।

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَنْ سَتَرَ عَوْرَةَ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ، سَتَرَ اللَّـهُ عَوْرَتَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

"যে ব্যক্তি তার মুসলিম ভাইয়ের দোষ গোপন রাখবে, আল্লাহ তাআলা কিয়ামাতের দিন তার দোষ গোপন রাখবেন।"[৬৩]

আত্মতুষ্টিতে ভোগা

নিজের কাজকর্মের অগ্রগতিলাভে নিষ্কর্মমনা হওয়া ও বর্তমান অবস্থা-অবস্থান নিয়ে তুষ্টিতে ভোগা হলো অন্তরের মন্দ স্বভাব। এটি পরিবর্তনের জন্য সালাফদের পদাঙ্ক অনুসরণ করে কাজকর্মে অগ্রগতিলাভে সচেষ্ট হতে হবে।

---

[৬২] সূরা নাযিআত : ২৬
[৬৩] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ২৫৪৬

আলি—রাদিয়াল্লাহু আনহু—বলেছেন, যে ব্যক্তির কাজকর্মে অগ্রগতি নাই সে ক্ষতিগ্রস্ত।

অন্যকে হেয় করা

অনেকে আছে যারা নিজের মুসলিম ভাইদেরকে হেয় করে, তাদের উপর অহংকার ও উদ্ধতভাবে প্রকাশ করে। এর প্রতিকারের পদ্ধতি হলো, বিনয় অবলম্বনে সচেষ্ট হওয়া। মুসলিমদের ইজ্জত-আব্রুর মূল্য দেওয়া।

আল্লাহ তাআলা তাঁর রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর জবানে বলেছেন,

فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ

> "আপনি তাদের মার্জনা করুন। তাদের জন্য ক্ষমাপ্রার্থনা করুন এবং কাজেকর্মে তাদের সাথে পরামর্শ করুন।"[৬৪]

জেনে রাখুন, অহংকারই ইবলিশ শয়তানকে বিপদে ফেলেছিলো। কারণ সে দম্ভভরে বলেছিলো,

أَنَا خَيْرٌ مِنْهُ خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ

> "আমি তার (আদম) থেকে উত্তম। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন আগুন থেকে আর তাকে সৃষ্টি করেছেন মাটি থেকে।"[৬৫]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—কাবার দিকে তাকিয়ে বলেছিলেন,

مَا أَعْظَمَ حُرْمَتَكِ، وَالْمُسْلِمُ أَعْظَمُ حُرْمَةً مِنْكِ، حَرَّمَ اللَّـهُ مَالَهُ، وَحَرَّمَ دَمَهُ، وَحَرَّمَ عِرْضَهُ

> তোমার সম্মান কতোই না বেশি! অথচ মুমিনের সম্মান আল্লাহর কাছে তোমার থেকেও বেশি। আল্লাহ তাআলা তার সম্পদ, তার রক্ত ও ইজ্জতকে (বিনষ্ট করা) হারাম করেছেন।"[৬৬]

---

[৬৪] সূরা আল ইমরান : ১৫৯

[৬৫] সূরা আ'রাফ : ১২

[৬৬] *মুসান্নাফ ইবনু আবী শাইবা* : ২৭৭৫৪, হাদীসের মান সহীহ।

অলসতায় লিপ্ত হওয়া

মানুষের একটি সাধারণ সমস্যা হল অলসতায় লিপ্ত হওয়া এবং আদেশ পালন থেকে বিরত থাকা। এর প্রতিকার হলো, এই কথা অন্তরে গেঁথে নেওয়া যে, আদিষ্ট বিষয়টি আল্লাহর পক্ষ থেকে এসেছে। যাতে করে এর মাধ্যমে সে আদেশ পালনে উৎসাহিত হয়।

এমনটিই আমি আমার দাদার কাছ থেকে শুনেছি, কোনো একজন সালাফ বলেছেন, 'আদিষ্ট বিষয়ের প্রতি অলসতা প্রদর্শন মূলত আদেশদাতার পরিচয় সম্পর্কে কম জানার কারণে হয়ে থাকে।'

বাহ্যিক তাকওয়া প্রদর্শন করা

মানুষের আরেকটি সমস্যা হলো সৎলোকদের সাজসজ্জা গ্রহণ করা কিন্তু অসৎ লোকদের কর্মে জড়িয়ে পড়া। এর প্রতিকার হলো বাহ্যিক সাজগোজকে অভ্যন্তরীণ অবস্থার সংশোধনের পরই কেবলমাত্র গ্রহণ করা। যখন কোনো কওমের সাজসজ্জা গ্রহণ করবে তখন চেষ্টা করবে স্বভাব চরিত্রে এবং সকল কাজ-কর্মে তাদের অনুসরণ করে তাদের কর্মপন্থা অনুযায়ী সবকিছু করতে। কারণ হাদীসে এসেছে,

كَفَى بِالْمَرْءِ شَرًّا أَنْ لَا يَكُونَ صَالِحًا، وَهُوَ يَقَعُ فِي الصَّالِحِينَ

> "একজন মানুষের নিকৃষ্ট হওয়ার জন্য এটাই যথেষ্ট যে, সে সৎ না হয়েও সৎলোকদের অন্তর্গত হয়।"[৬৭]

আবু ওসমান বলেছেন, 'অন্তরে পাপের সঙ্কল্প রেখে বাহ্যিকভাবে তাকওয়া প্রদর্শন করলে সীমাহীন পাপাচারে লিপ্ত হওয়া আশঙ্কা রয়েছে।'

অনর্থক কাজে সময় নষ্ট করা

মানুষের একটি আত্মিক ব্যধি হলো দুনিয়ার বিভিন্ন অনর্থক কাজে জড়িয়ে সময় নষ্ট করা এবং এমন কাজ যারা করে তাদের সাথে চলাফেরা করা।

---

[৬৭] *শুআবুল ঈমান* : ৬৩৫৮

এই অবস্থা থেকে উত্তরণের জন্য এই কথা জানতে হবে যে, সময় হলো সবচেয়ে মূল্যবান বস্তু। সুতরাং মূল্যবান কাজকর্মেই তা ব্যয় করা উচিত। এই ধরনের মূল্যবান কাজকর্মের মধ্যে রয়েছে আল্লাহ তাআলার যিকির করা, সর্বদা তার অনুগত হওয়া এবং নিজেকে মুখলিস বা একনিষ্ঠ বান্দা হিসেবে গড়ে তুলতে সচেষ্ট থাকা।

রাসূলে কারীম—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে,

دَعْ مَا يَرِيبُكَ إِلَى مَا لاَ يَرِيبُكَ

> "যে বিষয়ে তোমার সন্দেহ হয় তা ছেড়ে দিয়ে যাতে সন্দেহের আশঙ্কা নেই তাই গ্রহণ কোরো।"[৬৮]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—আরও বলেছেন,

مِنْ حُسْنِ إِسْلاَمِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لاَ يَعْنِيهِ

> "একজন মানুষের ইসলামের সৌন্দর্যের মধ্যে এটাও আছে যে, সে অনর্থক কাজ-কর্ম পরিহার করবে। আর যে অনর্থক কাজ পরিহার করে সে ফলপ্রসূ কাজে ব্যস্ত হয়ে পড়ে।"[৬৯]

হুসাইন ইবনে মনসুর বলেছেন, 'নিজের নফস সম্পর্কে সচেতন থেকো। যদি তুমি তাকে ব্যস্ত না রাখো তাহলে সে তোমাকে ব্যস্ত করে ফেলবে।'

ক্রোধান্বিত হওয়া

মানুষের অন্তরের একটি ব্যাধি হচ্ছে ক্রোধান্বিত হওয়া। এর চিকিৎসা হলো, আল্লাহর সিদ্ধান্তের প্রতি সন্তুষ্ট থাকার উপর নিজেকে অভ্যস্ত করে নেওয়া। কারণ ক্রোধ হলো শয়তানের অগ্নিস্ফুলিঙ্গ।

এক ব্যক্তি রাসূলে কারীম—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর কাছে এসে বললো, 'আমাকে উপদেশ দিন।' তিনি বললেন, 'রাগ করবে না।' সে বারবার একই কথা জিজ্ঞেস করলো। তিনি তাকে বললেন, 'তুমি রাগ করবে না।'[৭০]

---

[৬৮] *সুনান তিরমিযি* : ২৫১৮, হাদীসের মান সহীহ।
[৬৯] *সুনান তিরমিযি* : ২৩১৭, হাদীসের মান হাসান।
[৭০] *সহীহ বুখারি* : ৬১১৬

তাছাড়া ক্রোধ মানুষকে ধ্বংসের প্রান্তসীমায় পৌঁছে দেয়। যদি আল্লাহর পক্ষ থেকে আগত নিরাপত্তা তার সঙ্গী না হয়।

মিথ্যা কথা বলা

মনুষ্য স্বভাবের একটি জটিল রোগ হচ্ছে মিথ্যা কথা বলা। এটি দূর করার উপায় হচ্ছে নিজেকে সত্যবাদিতার উপর অভ্যস্ত করে তোলা এবং মানুষের সন্তুষ্টি-অসন্তুষ্টিকে পাত্তা না দেওয়া। কারণ একজন মিথ্যাবাদীকে মিথ্যার উপর প্ররোচিত করে থাকে মানুষের সন্তুষ্টি অর্জনের লোভ। তাদের সামনে নিজেকে ভালোভাবে উপস্থাপন এবং তাদের কাছে পদ-পদবী কামনা করতে গিয়েই দেখা যায় সে মিথ্যায় লিপ্ত হয়।

রাসূলুল্লাহ—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

إِنَّ الصِّدْقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ، وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ وَإِنَّ الْكَذِبَ يَهْدِي إِلَى الْفُجُورِ، وَإِنَّ الْفُجُورَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ

> "সততা মানুষকে সৎকাজের পথ প্রদর্শন করে আর সৎকাজ জান্নাতে নিয়ে যায়। মিথ্যা মানুষকে পাপাচারের পথ প্রদর্শন করে। আর পাপাচার জাহান্নামে নিয়ে যায়।"[৭১]

কৃপণতা করা

মানুষের একটি মনোরোগ হলো কৃপণতা করা। এটি দুনিয়ার প্রতি আসক্তি থেকে সৃষ্ট। একে দূর করতে হলে এই কথা মনে প্রাণে বিশ্বাস করতে হবে যে, দুনিয়া অতি নগণ্য বস্তু। এটি একসময় ধ্বংস হয়ে যাবে। দুনিয়ার হালাল বস্তুসমূহের হিসাব নেওয়া হবে। হারাম বস্তুসমূহের জন্য শাস্তি দেওয়া হবে।

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে, তিনি বলেছেন,

حُبُّ الدُّنْيَا رَأْسُ كُلِّ خَطِيئَةٍ

[৭১] *সহীহ বুখারি* : ৬০৯৪

“দুনিয়ার ভালোবাসা সকল পাপের উৎস।”[৭২]

আল্লাহ তাআলা এ ব্যাপারে জানিয়েছেন,

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ

“দুনিয়ার জীবন হলো কেবলই ধোকার বস্তু।”[৭৩]

সুতরাং দুনিয়ার ব্যাপারে কৃপণতা করবেন না। বরং দান-খায়রাত করতে সচেষ্ট থাকবেন। নিজ সময়ের প্রয়োজন মিটানোর জন্য যতোটুকু পরিমাণ দরকার ঠিক ততোটুকু জিনিসই রাখবেন। কারণ নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

أَنْفِقْ يَا بِلَالُ، وَلَا تَخْشَ مِنْ ذِي الْعَرْشِ إِقْلَالًا

‘হে বেলাল, তুমি খরচ কোরো এবং আরশের অধিপতির ব্যাপারে কমিয়ে দেওয়ার ভয় কোরো না।’[৭৪]

দীর্ঘ আশায় বুঁদ হয়ে থাকা

মানুষ অনেক সময় দীর্ঘ আশায় বুঁদ হয়ে থাকে। এটিও এক ধরনের মনোরোগ। এর চিকিৎসা হলো, বেশি বেশি এই কথা স্মরণ করা যে, যখন-তখন তার মৃত্যু ঘটে যেতে পারে। একজন সালাফ বলেছেন, ‘কোনো অবস্থাতেই আল্লাহর সাক্ষাৎ থেকে বিস্মৃত হওয়া সমীচীন নয়। বরং সবসময়ই বন্দার উচিত তাঁর কথা মনে রাখা।’

[৭২] এই হাদীসটির বিশুদ্ধতা নিয়ে হাদীসবিশারদদের মধ্যে বিতর্ক আছে। মোল্লা আলী ক্বারি—রাহিমাহুল্লাহ—এর বক্তব্য সংক্ষেপে তুলে ধরা হলো, ‘অনেকে এই হাদীসকে জাল বলেছেন। তাদের মধ্যে ইবনু তাইমিয়্যা—রাহিমাহুল্লাহ-ও আছেন। তিনি সুদৃঢ় মত ব্যক্ত করেছেন যে, এটি জুন্দুব বাজালির কথা। ইমাম বাইহাকি তাঁর *শুআবুল ঈমান* গ্রন্থে এটি হাসান সনদে হাসান বসরি—রাহিমাহুল্লাহ—থেকে মুরসাল হিসেবে উল্লেখ করেছেন। ইবনু হাজার আসকালানি—রাহিমাহুল্লাহ—এটি মওযু হবার বিষয়ে আপত্তি জানিয়েছেন। কারণ ইবনুল মাদীনি—রাহিমাহুল্লাহ—হাসান বসরি'র মুরসাল হাদীসের প্রশংসা করেছেন। দাইলামি—রহিমাহুল্লাহ—এই হাদীসকে আলি—রাদিয়াল্লাহু আনহু-এর সূত্রে তাঁর গ্রন্থে উল্লেখ করেছেন। ইবনু আবিদ দুনয়া—রাহিমাহুল্লাহ—তাঁর *মাকায়িদুস শাইতান* গ্রন্থে একে মালিক ইবনু দিনারের বক্তব্য হিসেবে সঙ্কলন করেছেন।’ (*আল-আসরারুল মারফূআ* : ১/৮০) মোটকথা হলো এর বিশুদ্ধতা সন্দেহাতীত নয়। তাই একে নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর কথা হিসেবে নিশ্চিত বিশ্বাস না করা উচিত। তবে কথাটির অর্থ যে সঠিক ও ভালো তাতে কোনো সন্দেহ নাই।

[৭৩] *সূরা আল-ইমরান* : ১৮৫

[৭৪] *শুআবুল ঈমান* : ১৩৯৩, হাদীসের মান সহীহ।

মিথ্যা প্রশংসা শুনে ধোঁকা খাওয়া

অমূলক ও মিথ্যা প্রশংসা শুনে ধোঁকা খেয়ে যায় অনেকে। এর প্রতিকার হলো, নিজের অবস্থা সম্পর্কে জানা থাকা সত্ত্বেও মানুষের কথাবার্তা যাতে ধোঁকায় না ফেলতে পারে সে বিষয়ে সচেতন থাকা। কারণ প্রকৃত বিষয় অন্য কেউ না জানুক তার তো জানা আছে। সে নিজের অবস্থা সম্পর্কে যা জানে এর বিপরীত মানুষের করা প্রশংসা তাকে কখনোই লজ্জার হাত থেকে রক্ষা করতে পারবে না।

লোভের শিকার হওয়া

লোভ করা হলো মানুষের অন্তরের একটি মন্দ স্বভাব। একে দূর করার জন্য যা করতে হবে তা হলো একথা বিশ্বাস করা যে, আল্লাহ তাআলা তার জন্য যে রিযিক বরাদ্দ রেখেছেন লোভ করার মাধ্যমে এর থেকে এক বিন্দুও বৃদ্ধি পাবে না।

আবদুল্লাহ ইবনে মাসঊদ—রাদিয়াল্লাহু আনহু—রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণনা করেছেন যে, আল্লাহ তাআলা ফেরেশতাকে বলেন,

اكْتُبْ رِزْقَهُ وَعَمَلَهُ وَأَجَلَهُ وَشَقِيٌّ أَمْ سَعِيدٌ

> 'তুমি তার রিযিক, তার আমল ও তার মৃত্যু এবং সে সৌভাগ্যবান না দুর্ভাগ্যবান এগুলো লিখে রাখো।'[৭৫]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেন,

مَا يُبَدَّلُ الْقَوْلُ لَدَيَّ وَمَا أَنَا بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ

> "আমার কাছে কোনো সিদ্ধান্তের পরিবর্তন হয় না এবং আমি বান্দাদের উপর জুলুমও করি না।"[৭৬]

---

[৭৫] *আল-আসমা ওয়াস সিফাত*, বাইহাকি : ৮২১

[৭৬] সূরা ক্বাফ : ২৯

হিংসা পোষণ করা

মনের ভেতর হিংসা পোষণ করা একটি আত্মিক ব্যাধি। এর প্রতিকারের জন্য এ কথা মানতে হবে যে, হিংসুক ব্যক্তি আল্লাহর নিয়ামতের শত্রু। নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

لَا تَحَاسَدُوا، وَلَا تَبَاغَضُوا، وَلَا تَقَاطَعُوا، وَكُونُوا عِبَادَ اللهِ إِخْوَانًا

"তোমরা পরস্পর হিংসা কোরো না। বিদ্বেষ পোষণ কোরো না। আত্মীয়তার সম্পর্ক ছিন্ন কোরো না। আল্লাহর বান্দা ভাই ভাই হয়ে থেকো।"[৭৭]

জেনে রাখুন, হিংসা মুসলমানদের উপর দয়া-মায়ার হ্রাস ঘটায়।

অনবরত গুনাহের কাজ করে যাওয়া

আল্লাহর দয়া এবং ক্ষমা পাওয়ার আশা করে অনবরত গুনাহের কাজ করে যেতে থাকা-এটাও মানুষের একটি আত্মিক সমস্যা। একে পরিমার্জন করার জন্য যা জানতে হবে তা হলো, আল্লাহ তায়ালা তাঁর দয়া সে সকল বান্দাদের জন্য বরাদ্দ রেখেছেন যারা গুনাহের উপর অবিচল থাকে না।

তিনি বলেছেন,

وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ

"তারা জেনেবুঝে তাদের কৃতকর্মের উপর অবিচল থাকে না।"[৭৮]

আবু হাফিজ বলেছেন, 'গুনাহের উপর অটল থাকা আল্লাহর ক্ষমতাকে বৃদ্ধাঙুলি প্রদর্শন করার নামান্তর।'

এছাড়াও জেনে রাখা উচিত যে আল্লাহ তাআলা সৎকর্মশীল ব্যক্তিদের জন্যই তার দয়া বরাদ্দ রেখেছেন।

---

[৭৭] *সহীহ মুসলিম* : ২৫৫৯

[৭৮] সূরা আল-ইমরান : ১৩৫

তিনি বলেছেন,

إِنَّ رَحْمَتَ اللَّـهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ

"নিশ্চয়ই আল্লাহর রহমত সৎকর্মশীল ব্যক্তিদের নিকটবর্তী।"[৭৯]

আর তিনি তাঁর ক্ষমা তাওবাকারীদের জন্য বরাদ্দ রেখেছেন।

তিনি বলেছেন,

وَاسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ

"তোমরা তোমাদের রবের কাছে ক্ষমা চাও এবং তার কাছে তাওবা করো।"[৮০]

ইবাদাতে মন না বসা

মানুষের মন ইবাদতের কাজে স্বতঃস্ফূর্তভাবে সাড়া দিতে চায় না। একে শায়েস্তা করার জন্য যা করা দরকার তা হলো—ক্ষুধা, পিপাসা এবং দীর্ঘপথ ভ্রমণ করার মাধ্যমে সাধনা করা এবং মনকে তার অনিচ্ছার কাজ করতে বাধ্য করা।

আমি মনসুর ইবনে আব্দুল্লাহকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেছেন, আমি আমার চাচাকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেন, আমি আমার পিতাকে বলতে শুনেছি, এক ব্যক্তি আবু ইয়াযিদ—রাহিমাহুল্লাহ-কে জিজ্ঞাসা করল, 'আল্লাহর পথে সবচেয়ে কষ্টকর কোন বস্তুর সাক্ষাৎ আপনি পেয়েছেন?'

তিনি বললেন, 'এটা বলা সম্ভব নয়।'

সে জিজ্ঞেস করল, 'আল্লাহর পথে সবচেয়ে সহজ কোন বস্তুর সঙ্গে আপনার সাক্ষাৎ হয়েছে?'

তিনি বললেন, 'এটা বলা যাবে না।'

সে আবার জিজ্ঞেস করল, 'আল্লাহর পথে আপনার মন সবচেয়ে কষ্টকর কোন বিষয়ের দেখা পেয়েছে?'

তিনি বললেন, 'এটা বলা অসম্ভব।'

---

[৭৯] সূরা আল-আ'রাফ : ৫৬
[৮০] সূরা হুদ : ৯০

সে আবার জিজ্ঞেস করল, 'আল্লাহর পথে আপনার মন আপনার থেকে সবচেয়ে সহজ কোন বিষয়টি পেয়েছে?'

তিনি বললেন, 'হ্যাঁ, এটা বলা যেতে পারে। তা হলো আনুগত্যের কাজে তাকে আহ্বান করা হলে সে স্বতঃস্ফূর্তভাবে সাড়া দেয়নি। তখন আমি এক বৎসর পর্যন্ত তাকে পানির কষ্ট দিয়েছি।'

ধন-সম্পদ পুঞ্জীভূত করে রাখা

ধন-সম্পদ খরচ না করে পুঞ্জীভূত করে রাখা মানুষের একটি মন্দ স্বভাব। একে সংশোধন করার জন্য জানতে হবে যে, মানুষের জীবন বিনাশ হওয়া থেকে নিরাপদ নয়। তার মৃত্যু অতি সন্নিকটে। যদি এমনটি না হতো তখন মানুষ তার সুনিশ্চিত জীবনের পরিমাণ অনুসারে সম্পদ পুঞ্জীভূত করে রাখতে পারতো। এবং তার হায়াতের সীমা অনুপাতে সম্পদ দান করা থেকে বিরত থাকতে পারতো। যে ব্যক্তির সাধারণ একটি নিশ্বাসের নিশ্চয়তা নেই তার জন্য সম্পদ পুঞ্জীভূত করে রাখা এক ধরনের ধোঁকাগ্রস্ত হওয়ারই নামান্তর।

অন্যকে সম্পদ দান না করে নিজে কষ্ট করে তা আগলে রাখা এক ধরনের মূর্খতা। অথচ রাসূলে কারীম—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে, সাহাবায়ে কিরামকে জিজ্ঞেস করলেন,

أَيُّكُمْ مَالُ وَارِثِهِ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ مَالِهِ؟

> 'তোমাদের মধ্যে কে এমন আছে, যে নিজের সম্পদের তুলনায় উত্তরাধিকারীর সম্পদকে বেশি ভালোবাসে?'

সাহাবায়ে কেরাম বললেন, 'আমাদের সকলের কাছেই উত্তরাধিকারীর সম্পদের তুলনায় নিজের সম্পদ অধিক প্রিয়।' তখন তিনি বললেন,

اعْلَمُوا أَنَّهُ لَيْسَ مِنْكُمْ أَحَدٌ إِلَّا مَالُ وَارِثِهِ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ مَالِهِ، مَا لَكَ مِنْ مَالِكَ إِلَّا مَا قَدَّمْتَ، وَمَالُ وَارِثِكَ مَا أَخَّرْتَ

> ‘জেনে রাখো, তোমাদের প্রত্যেকেই এমন যে, উত্তরাধিকারীর সম্পদই তার কাছে নিজের সম্পদের তুলনায় অধিক প্রিয়। তুমি যা দান করেছো সেটিই কেবল তোমার সম্পদ। আর তোমার উত্তরাধিকারীর সম্পদ হলো তা, যা তুমি (দুনিয়াতে) রেখে গেলে।’[৮১]

সত্য-বিমুখ লোকদের সাথে চলাফেরা করা

সত্য থেকে যারা বিমুখ থাকে তাদের সঙ্গে চলাফেরা করা মানব মনের মন্দ প্রবণতা। একে দূর করার পদ্ধতি হলো, যারা সত্যকে ভালোবাসে ও সত্যের অনুসারী তাদের সাথে চলাফেরা করা।

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ

> “যে ব্যক্তি যাদের সাদৃশ্য অবলম্বন করবে সে তাদের দলভুক্ত বলে বিবেচিত হবে।”[৮২]

কোনো এক সালাফ বলেছেন, ‘মন্দ লোকদের সঙ্গে থাকা ভালো লোকদের ব্যাপারে মন্দ ধারণার জন্ম দেয়।’

অন্য আরেকজন সালাফ বলেছেন, ‘মানুষের অন্তর যখন আল্লাহর থেকে দূরে সরে যায় তখন আল্লাহর বিধান মান্যকারীদের সে ঘৃণা করতে শুরু করে।’

গাফলতিতে আক্রান্ত হওয়া

গাফলতিতে আক্রান্ত হওয়া মানুষের অন্যতম মনোরোগ। এর প্রতিকারের জন্য একথা জেনে নিতে হবে যে, মানুষ গাফেল হলেও তার ব্যাপারে গাফলতি করা হচ্ছে না। কারণ আল্লাহ তাআলা বলেন,

وَمَا اللَّـهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ

---

[৮১] *মুসনাদ আহমাদ*: ৩৬২৬, হাদীসের মান সহীহ।
[৮২] *সুনান আবু দাউদ*: ৪০৩১, হাদীসের মান সহীহ।

"তোমাদের কৃতকর্ম সম্পর্কে আল্লাহ তাআলা গাফেল নন।"[৮৩]

একথাও জেনে রাখা উচিত যে, সব ধরনের কল্পনা-জল্পনা ও ভাবনা-চিন্তার হিসাব রাখা হচ্ছে। যে ব্যক্তি নিজের ভেতর এমন বিশ্বাস স্থাপন করতে পারবে সে নিজের সময়ের প্রতি লক্ষ রাখবে। নিজের অবস্থার প্রতি মনোযোগী হবে আর এর মাধ্যমেই তার গাফলত দূর হয়ে যাবে।

তাওয়াক্কুলের ক্ষেত্রে ভুল পথে হাঁটা

অনেক মানুষ আয়-উপার্জনের পথ পরিহার করে বসে থাকে। যাতে করে সে মানুষকে দেখাতে পারে যে, তাওয়াক্কুল অবলম্বন করেই সে এমনটি করছে। তারপর সে রিযিকের জন্য অপেক্ষা করতে থাকে। যখন রিযিকের দেখা না পায় তখন ক্রোধান্বিত হয়ে পড়ে। এই ধরনের স্বভাবও মানব মনের ব্যাধি। এর চিকিৎসা হলো—আয়-উপার্জনে নিজেকে নিয়োজিত করা। কারণ নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—থেকে বর্ণিত আছে, তিনি বলেছেন,

إِنَّ أَطْيَبَ مَا أَكَلَ الرَّجُلُ مِنْ كَسْبِهِ

"মানুষ স্বীয় উপার্জন থেকে যা ভক্ষণ করে তা-ই হচ্ছে সর্বোত্তম।"[৮৪]

সুতরাং বাহ্যিকভাবে আয়-উপার্জনে লিপ্ত হওয়া এবং অভ্যন্তরীণভাবে তাওয়াক্কুল অবলম্বন করার কর্মপন্থা অনুসরণ করা উচিত। যাতে করে বাহ্যিকভাবে মানুষের কাছে উপার্জনকারী হিসেবে এবং অভ্যন্তরীণভাবে আল্লাহর উপর তাওয়াক্কুলকারী রূপে পরিগণিত হওয়া যায়। এটিই হলো প্রকৃত পুরুষের কাজ এবং মুখলিস বান্দাদের কর্মপন্থা।

ইলমের দাবী না মানা

মানুষের একটি সমস্যা হলো ইলমের চাহিদা এবং দাবি-দাওয়া পূরণ না করে তা থেকে পলায়ন করা। এর প্রতিকার হল ইলমকে শক্তভাবে আঁকড়ে ধরা। কারণ আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

---

[৮৩] সূরা বাকারা : ৭৪

[৮৪] *সুনান নাসাঈ* : ৪৪৪৯, হাদীসের মান সহীহ।

فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّـهِ وَالرَّسُولِ

"কোনো বিষয়ে তোমাদের বিরোধ হলে আল্লাহ এবং তাঁর রাসূলের দিকে তা প্রত্যাবর্তিত কোরো।"[৮৫]

আল্লাহ তাআলা আরও বলেছেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّـهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ

"হে ঈমানদারগণ! তোমরা আল্লাহর আনুগত্য করো এবং রাসূল ও তোমাদের মধ্য থেকে উলুল আমর যারা, তাদের আনুগত্য করো।"[৮৬]

'নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ

"ইলম তলব করা প্রত্যেক মুসলিমের উপর ফরজ।"[৮৭]

দান করে গর্ব করা ও খোটা দেওয়া

দান-খয়রাত করে বড়াই ও গর্ববোধ করা এবং দানগ্রহীতাকে দানের খোটা দেওয়া অনেক মানুষের মন্দ স্বভাব। এটি সংশোধনের জন্য এই বিষয়টি অবগত হতে হবে যে, দানকারী তো কেবল ওই সমস্ত ব্যক্তির কাছে তাদের রিযিক পৌঁছে দেওয়ার দায়িত্ব পালন করেছে। প্রকৃতপক্ষে আসল রিযিকদাতা এবং দানকারী হলেন আল্লাহ তাআলা। সে কেবলমাত্র আল্লাহ এবং বান্দাদের মাঝে মাধ্যম হিসেবে কাজ করেছে। সুতরাং হকদারের কাছে তার হক পৌঁছে দেওয়ার মধ্যে গর্ববোধ করা এবং বড়াই করার কিছু নেই।

---

[৮৫] সূরা নিসা : ৫৯

[৮৬] সূরা নিসা : ৫৯

[৮৭] *সুনান ইবনু মাজাহ* : ২২৪, মূল কিতাবে মুসলিম এর সাথে মুসলিমাহ শব্দটিও ছিল। শব্দটি মুনকার। এখানে লেখক আরও একটি বক্তব্য হাদীস হিসেবে উল্লেখ করেছেন। তা হলো : "তোমরা চীন দেশে গিয়ে হলেও ইলম তলব কর।" এটি প্রসিদ্ধ জাল হাদীস হওয়ায় তা মূল অনুবাদের ভেতরে উল্লেখ করা হলো না। (ইবনুল জাওযি, *আল-মাউদুয়াত* : ১/২১৫)

অহেতুক দরিদ্রতা প্রদর্শন করা

মানুষের একটি আত্মিক রোগ হলো যথেষ্ট সম্পদ থাকা সত্ত্বেও দরিদ্রতা প্রদর্শন করা। এর প্রতিকারের জন্য যা করতে হবে তা হলো, অভাব-অনটন যদি থাকেও তবু যথেষ্ট আর্থিক সঙ্গতি আছে বলে মনে করা। আমি আমার দাদাকে বলতে শুনেছি, 'আগে মানুষ ধনী অবস্থায় আত্মশুদ্ধিতে লিপ্ত হয়ে অতপর (অধিক দান-খয়রাতের কারণে) দরিদ্র হয়ে যেতো। তবুও মানুষের সামনে নিজেদেরকে ধনী হিসেবে প্রদর্শন করতো। আর বর্তমানে মানুষ দরিদ্র অবস্থায় আত্মশুদ্ধি শুরু করে অতপর ধনী হয়ে যায়। কিন্তু মানুষের সামনে সেই আগের দরিদ্রতাকেই প্রদর্শন করে বেড়ায়।'

নিজেকে শ্রেষ্ঠ বলে মনে করা

অনেক মানুষ নিজেকে তার সাথি-সঙ্গীদের চেয়ে শ্রেষ্ঠ বলে মনে করে। এটিও মানুষের একটি মনের রোগ। এর চিকিৎসা হলো, নিজের ব্যাপারে ভালো মতো অবগত হওয়া। কারণ নিজের ব্যাপারে তার থেকে বেশি অবগত আর কেউ নাই। পাশাপাশি সাথি-সঙ্গীদের ব্যাপারে সুধারণা পোষণ করা। যাতে করে এর মাধ্যমে নিজেকে ছোট ও তুচ্ছ ভাবার সুযোগ পায় সে।

ভাইদের ও সাথি-সঙ্গীদের শ্রেষ্ঠত্বকে স্বীকার করে নেওয়া উচিত। আর এটা তখনই কেবল সম্ভব হবে, যখন সে অন্যদের দিকে উন্নত নজরে তাকাবে আর নিজের দিকে তাকাবে সাধারণ নজরে। আমি আমার দাদাকে এমনটি বলতে শুনেছি। তাছাড়া আমি আবূ আবদুল্লাহ সিজযি—রাহিমাহুল্লাহ-কে বলতে শুনেছি, 'যতোক্ষণ তুমি নিজেকে শ্রেষ্ঠ মনে করবে না ততোক্ষণ তুমি শ্রেষ্ঠ। আর যখনই তুমি নিজেকে শ্রেষ্ঠ মনে করবে তখন আর তুমি শ্রেষ্ঠ থাকবে না।'

মনকে সবসময় আনন্দ দেওয়া

অনেক মানুষ সব সময় মনকে এমন কাজে নিয়োজিত রাখতে তৎপর থাকে, যা তার জন্য আনন্দ সরবরাহ করে। এটিও একটি মন্দ স্বভাব। এর প্রতিকারের জন্য এই কথা জেনে নিতে হবে যে, আল্লাহ তাআলা অধিক আনন্দকারীদের অপছন্দ করেন।

আল্লাহ তাআলা বলেন,

إِنَّ اللَّـهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ

"নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা অধিক আনন্দকারীদের পছন্দ করেন না।"[৮৮]

রাসূলে কারীম—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

إِنَّ اللَّـهَ يُحِبُّ كُلَّ قَلْبٍ حَزِينٍ

"নিশ্চয়ই আল্লাহ তাআলা সকল ব্যথিত ও চিন্তিত অন্তরকে ভালোবাসেন।"[৮৯]

মালিক ইবনু দিনার—রাহিমাহুল্লাহ—বলেছেন, 'অন্তরে যখন ব্যথা থাকে না, চিন্তা থাকে না তখন তা বিরান হয়ে পড়ে। যেভাবে ঘরের মধ্যে কেউ না থাকলে সেই ঘর বিরান হয়ে যায়।'

না-শুকরী করা

মানুষের মন শুকরিয়ার অবস্থায় থেকেও মনে করে যে সে ধৈর্যের অবস্থায় রয়েছে। এটি কোনো ভালো গুণ নয়। এর প্রতিকার হলো, সর্বাবস্থায় তার উপর আল্লাহ তায়ালার অপার অনুগ্রহের প্রতি লক্ষ করা। আমি সাঈদ ইবনু আবদুল্লাহকে বলতে শুনেছি, তিনি বলেন, আমি আমার চাচাকে বলতে শুনেছি যে, আবু উসমান বলেছেন, 'সমগ্র সৃষ্টিজীব আল্লাহর কাছে শুকরিয়ার অবস্থানে রয়েছে। অথচ তারা মনে করে যে তারা ধৈর্যের অবস্থানে রয়েছে।'[৯০]

সবক্ষেত্রে সহজতা তালাশ করা

অনেকের মানসিক প্রবণতা থাকে বিভিন্ন ধরনের ব্যাখ্যা-বিশ্লেষণ এবং বাহানা করে সব জায়গায় কেবল সহজ ও সাধারণটাকে গ্রহণ করে নেওয়া। এটি মানব মনের অন্যতম ব্যাধি। এর প্রতিকার হলো সন্দেহপূর্ণ বিষয় থেকে বেঁচে থাকা। কারণ এটিই

---

[৮৮] সূরা কাসাস : ৭৬

[৮৯] শুআবুল ঈমান : ৮৬৬, হাদীসের মান সহীহ।

[৯০] শুকরিয়ার অবস্থা বলতে বিপদমুক্ত ভালো অবস্থা বোঝানো হয়েছে। যখন কি-না শুকরিয়া আদায় করা কর্তব্য। আর ধৈর্যের অবস্থা বলতে বিপদাপদ ও কষ্টের মন্দ অবস্থা বোঝানো হয়েছে। যখন কি-না ধৈর্য ধরা কর্তব্য।

মানুষকে আস্তেআস্তে হারামের দিকে নিয়ে যায়। আপনি দেখে থাকবেন রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—বলেছেন,

الحَلاَلُ بَيِّنٌ، وَالحَرَامُ بَيِّنٌ، وَبَيْنَهُمَا مُشَبَّهَاتٌ لاَ يَعْلَمُهَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، فَمَنِ اتَّقَى المُشَبَّهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعِرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ: كَرَاعٍ يَرْعَى حَوْلَ الحِمَى، يُوشِكُ أَنْ يُوَاقِعَهُ، أَلاَ وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمًى، أَلاَ إِنَّ حِمَى اللَّهِ فِي أَرْضِهِ مَحَارِمُهُ

"হালাল স্পষ্ট, হারামও স্পষ্ট। আর এই দুইয়ের মাঝে আছে অনেক সন্দেহপূর্ণ বিষয়, যা অনেকেই জানে না। যে ব্যক্তি সেই সন্দেহজনক বিষয় থেকে বেঁচে থাকবে, সে তার দ্বীন ও মর্যাদা রক্ষা করতে পারবে। আর যে সন্দেহজনক বিষয়সমূহে লিপ্ত হয়ে পড়ে, তার উদাহরণ সেই রাখালের ন্যায়, যে তার পশু বাদশাহ কর্তৃক সংরক্ষিত চারণভূমির আশেপাশে চরায়, অচিরেই সেগুলো সেখানে ঢুকে পড়তে পারে। জেনে রাখো যে, প্রত্যেক বাদশাহেরই একটা সংরক্ষিত এলাকা থাকে। আরও জেনে রাখো যে, আল্লাহর যমীনে তাঁর সংরক্ষিত এলাকা হলো তাঁর নিষিদ্ধ কাজসমূহ।"[৯১]

পাপের জন্য অনুতপ্ত না হওয়া

কোনো পাপে জড়িয়ে পড়লে অথবা পদস্খলন ঘটলে তা থেকে চোখ বুজে রাখা মানুষের মন্দ স্বভাব। এটি দূর করার জন্য ঘটনা ঘটার সাথে সাথেই দেরি না করে তাওবা করা এবং সেই ভুল সংশোধন করে নেওয়া হচ্ছে কর্তব্য। যাতে করে সেই ভুল এবং এই জাতীয় অন্যান্য ভুল করতে মন অভ্যস্ত হয়ে না পড়ে। এমনটি আমি আবদুল্লাহ বিন উমর—রাহিমাহুল্লাহ-কে বলতে শুনেছি। তিনি বলেন, আমি আবু উসমানকে বলতে শুনেছি, 'অধিকাংশ আত্মশুদ্ধি-প্রত্যাশীদের সমস্যা হলো, তারা সংঘটিত হওয়া ভুল এবং পদস্খলনের ব্যাপারে চোখ বন্ধ করে থাকে। তারা তৎক্ষণাৎ এর প্রতিকারের পথে অগ্রসর হয় না। ফলে তাদের অন্তর সেই ধরনের ভুল করতে অভ্যস্ত হয়ে পড়ে। আর এই কারণেই একসময় তার আত্মশুদ্ধির ইচ্ছা ব্যর্থতায় পর্যবসিত হয়।'

---

[৯১] *সহীহ বুখারি* : ৫২

কারামতের কারণে ধোঁকায় পতিত হওয়া

কখনো কারামাত প্রাপ্ত হলে ধোঁকায় পতিত হয় অনেকে।[৯২] এটি দূর করার জন্য জেনে নিন যে, কারামত অধিকাংশই ধোঁকা ও সুযোগ-প্রদান হয়ে থাকে। আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

سَنَسْتَدْرِجُهُمْ مِنْ حَيْثُ لَا يَعْلَمُونَ

"অচিরেই আমি তাদেরকে ধীরেধীরে এমনভাবে পাকড়াও করবো যে, তারা জানতেও পারবে না।"[৯৩]

একজন সালাফ বলেছেন, 'ওলি-আউলিয়ারা সবচে বেশি ধোঁকা খায় যে বিষয়ের কারণে তা হলো, কারামত ও অতি-প্রশংসা।'

ধনীদের প্রতি আকৃষ্ট হওয়া

অনেক মানুষ আছে, যারা ধনীদের সঙ্গে উঠাবসা করা, তাদের প্রতি আকৃষ্ট হওয়া ও তাদের প্রতি মনোনিবেশ করা এবং তাদেরকে সম্মান প্রদর্শন করায় আসক্ত।

এটিও মানব মনের মন্দ প্রবণতা। এর প্রতিকার হলো দরিদ্রদের সঙ্গে উঠাবসা করা এবং এই বিষয়ে অবগত হওয়া যে, সে ধনীদের থেকে কেবল অতোটুকুই লাভ করতে সক্ষম হবে আল্লাহ তাআলা যা তার জন্য নির্ধারণ করে রেখেছেন। তখন দেখা যাবে তাদের ব্যাপারে তার মনের ভেতর যে সুপ্ত লালসা রয়েছে তা দূর হয়ে যাবে। আর এর মাধ্যমে তাদের প্রতি তার আসক্তিও কমে যাবে।

এই কথাও জানা থাকা ভালো যে, দরিদ্রদের প্রতি ভ্রুক্ষেপ না করে ধনীদের প্রতি মনোযোগী হওয়ার কারণে আল্লাহ তাআলা তাঁর নবি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-কে তিরস্কার করেছেন।

---

[৯২] কারণ অনেকেই কারামতকে নিজের কামালত ও মর্যাদার স্বীকৃতি মনে করে। এটি ভুল ধারণা। বরং মানুষের মর্যাদা ও কামালত নির্ণীত হয় তার শারীআতের অনুসরণ ও তাকওয়া দিয়ে, কারামত দিয়ে নয়।

[৯৩] সূরা আল-আ'রাফ : ১৮২

আল্লাহ তাআলা বলেছেন,

أَمَّا مَنِ اسْتَغْنَى، فَأَنْتَ لَهُ تَصَدَّى، وَمَا عَلَيْكَ أَلَّا يَزَّكَّى، وَأَمَّا مَنْ جَاءَكَ يَسْعَى، وَهُوَ يَخْشَى، فَأَنْتَ عَنْهُ تَلَهَّى

"আর যে ব্যক্তি বেপরোয়া হয়েছে, তুমি তার প্রতি মনোযোগী। অথচ তার সংশোধন হওয়ার দায়িত্ব তোমার উপর নয় আর যে তোমার কাছে দৌড়ে এসেছে এবং সে ভয়ও করে তুমি তার প্রতি মনোযোগী হলে না।"[১৪]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—দুআ করেছেন,

اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مِسْكِينًا وَأَمِتْنِي مِسْكِينًا وَاحْشُرْنِي فِي زُمْرَةِ الْمَسَاكِينِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

"হে আল্লাহ, আমাকে মিসকীন অবস্থায় জীবিত রেখো। মিসকীন অবস্থায় মৃত্যু দান কোরো। এবং মিসকীনদের দলে আমার হাশর কোরো।"[১৫]

রাসূল—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—আলি অথবা অন্য কোনো সাহাবিকে উপদেশ দিয়েছেন, মিসকীনদেরকে ভালোবাসতে এবং তাদের কাছাকাছি থাকতে।[১৬]

উপসংহার

এই কয়েকটি পরিচ্ছেদে আমি মনের ব্যাধি এবং দোষ ক্রটি নিয়ে কথা বললাম। যাতে করে জ্ঞানী ব্যক্তিরা এর মাধ্যমে অন্যান্য সমস্যাগুলোর প্রতিকার বুঝে নিতে পারে। এবং আল্লাহ তাআলা যাদেরকে তৌফিক দান করেছেন তারা যাতে এখান থেকে অন্যান্য বিষয়ের সমাধানও আবিষ্কার করে নিতে পারে।

আমি জানি যে, অন্তরের দোষ ক্রটি এবং ব্যাধির কোনো সীমা-পরিসীমা নেই। তাই সবকিছু বর্ণনা করা সম্ভব নয়। তাছাড়া এটা কী করে সম্ভব হতে পারে? কারণ মানুষের অন্তর পুরোটাই তো হচ্ছে ব্যাধিগ্রস্থ। বিভিন্ন ধরনের দোষ থেকে তা মুক্ত নয়। আল্লাহ তাআলা তাকে 'নাফসে আম্মারা' বা মন্দ বিষয়ের আদেশকারীরূপে গণ্য

---

[১৪] সূরা আবাসা : ০৫-১০

[১৫] *সুনান তিরমিযি* : ২৩৫২, হাদীসের মান সহীহ।

[১৬] *মুসনাদ আহমাদ* : ২১৪১৫, হাদীসের মান সহীহ। এই হাদীসে আবু যর গিফারি—রাদিয়াল্লাহু আনহু-এর কথা এসেছে।

করেছেন। তবে হ্যাঁ, অনেক সময় মানুষ এ জাতীয় চিকিৎসা এবং প্রতিকারের দ্বারস্থ হওয়ার মাধ্যমে নিজেকে সংশোধন করে নিতে পারে। তখন এর মাধ্যমে অন্তরের দোষ-ত্রুটিগুলো দূর হয়ে যায়। আল্লাহ তাআলা আমাদেরকে সঠিক পথ অনুসরণ করার তাওফীক দান করুন এবং গাফলত ও কুপ্রবৃত্তির চাহিদাকে আমাদের থেকে দূর করে দিন। তিনি আমাদেরকে তার আশ্রয় এবং নিরাপত্তার চাদরে ঢেকে নিন। কারণ তিনি হলেন সর্বময় ক্ষমতার অধিকারী ও সর্বাধিক দাতা। দুরুদ ও সালাম বর্ষিত হোক মুহাম্মদ—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর উপর এবং তার পুতপবিত্র পরিবারবর্গের উপর। আমীন।

মাকতাবাতুল বায়ান

এর প্রকাশনাসমূহ

✤ রাসূলের চোখে দুনিয়া (কিতাবুয যুহদ-১)
ইমাম আহমাদ ইবনু হাম্বাল ﵀

✤ সাহাবিদের চোখে দুনিয়া (কিতাবুয যুহদ-২)
ইমাম আহমাদ ইবনু হাম্বাল ﵀

✤ সীরাতুন নবি ﷺ-১ শাইখ ইবরাহীম আলি

✤ সীরাতুন নবি ﷺ-২ শাইখ ইবরাহীম আলি

✤ আপনার প্রয়োজন আল্লাহকে বলুন (দুআর বই)
ইমাম ইবনু তাইমিয়্যা ﵀

✤ মৃত্যু থেকে কিয়ামাত ইমাম বাইহাকি ﵀

✤ আত্মশুদ্ধি আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী ﵀

✤ দাসত্বের মহিমা ইমাম ইবনু তাইমিয়্যা ﵀

✤ আল্লাহর উপর তাওয়াক্কুল ইমাম ইবনু আবিদ দুন্‌ইয়া ﵀

ইবনু রজব ﷺ বলেন,

মানুষের অন্তর যখন ঠিক হয়ে যায়, তখন তার মাঝে আল্লাহ-ভীতি সৃষ্টি হয় আর অঙ্গপ্রত্যঙ্গের মাধ্যমে সে ভীতি প্রকাশ পেতে থাকে। ফলে ব্যক্তি তখন সমস্ত হারাম ও সন্দেহজনক বিষয় এড়িয়ে চলে। পক্ষান্তরে অন্তর যখন কলুষিত হয়, তখন মানুষের ভিতর থেকে আল্লাহ-ভীতি চলে যায় এবং অন্তরে বিভিন্ন কুপ্রবৃত্তি সৃষ্টি হতে থাকে। সে-সমস্ত প্রবৃত্তি পূর্ণ করতে অঙ্গপ্রত্যঙ্গ তখন বিভিন্ন সন্দেহপূর্ণ বিষয় ও হারামে জড়িয়ে পড়ে।

এ জন্য বলা হয়, অন্তর হলো বাদশাহ'র মতো, আর অঙ্গপ্রত্যঙ্গ যেন তার সৈন্য-সামন্ত। বাদশাহ যদি সৎ হয়, তার সৈন্যরা সৎ আদেশ-প্রাপ্ত হয় এবং তারা ভালো কাজের আঞ্জাম দেয়। পক্ষান্তরে বাদশাহ যদি অসৎ হয়, তার আদেশও অসৎ হয়। ফলে অন্যায় আদেশ মান্য করতে গিয়ে সৈন্য-সামন্তও পাপাচারে জড়িয়ে পড়ে।

ইবনু রজব হাম্বলী

নবিজির পরশে সালাফের দরসে : ২৬

- আজ থেকে প্রায় ১০০০ বছর পূর্বে বইটি রচিত হয়েছে।

- আবূ আবদুর রহমান আস-সুলামী ﷺ-এর শিক্ষক ছিলেন হিজরি পঞ্চম শতাব্দীর বিখ্যাত মুহাদ্দিস ইমাম দারাকুতনি ﷺ।

- বিখ্যাত কিতাব *আর-রিসালাতুল কুশাইরিয়াহ্* -এর লেখক আবুল কাসিম কুশাইরি ﷺ তাঁরই ছাত্র।

- এখানে প্রায় সত্তরটি আত্মিক ব্যাধি নিয়ে আলোচনা করা হয়েছে, যা সচরাচর আমাদের সবার মধ্যেই পাওয়া যায়।

- লেখক প্রথমে অন্তরের রোগগুলো চিহ্নিত করেছেন, তারপর কুরআন-সুন্নাহ থেকে সেগুলোর চিকিৎসা বর্ণনা করেছেন।

- ছোটো ছোটো অধ্যায়ে বিন্যস্ত আলোচনাগুলো পড়ার পর, একজন পাঠক নিজের নফসকে নতুন করে চিনতে পারবে।

- আমাদের অন্তরের প্রকৃত অবস্থা পরিমাপের জন্যে এটি দাঁড়িপাল্লা হিসেবে কাজ করবে ইন শা আল্লাহ।

- বইটা এমন এক চেকলিস্ট, যা আখিরাতের পথের প্রতিটি যাত্রীর নিয়মিত যাচাই করা উচিত।